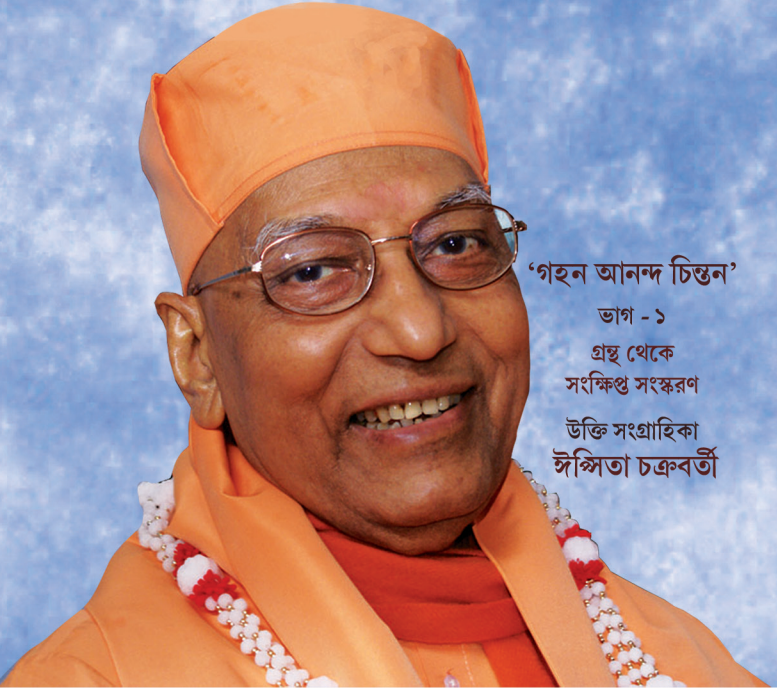


মধু সঞ্চয়ন

(স্বামী গহনানন্দ উক্তি সংগ্রহ)



‘গহন আনন্দ চিন্তন’

ভাগ - ১

গ্রন্থ থেকে

সংক্ষিপ্ত সংস্করণ

উক্তি সংগ্রাহিকা

ঈশ্বরিয়া চক্রবর্তী

মধু সঞ্চয়ন

(স্বামী গহনানন্দ উক্তি সংগ্রহ)

স্বামী তৎপরানন্দ কৃত ‘গহন আনন্দ চিন্তন’

ভাগ-এক এর সংক্ষিপ্ত সংস্করণ

উক্তি সংগ্রাহিকা ঈশ্বিতা চক্রবর্তী



রামকৃষ্ণ মিশন লোকশিক্ষা পরিষদ

রামকৃষ্ণ মিশন আশ্রম

নরেন্দ্রপুর, কলকাতা - ৭০০১০৩

Phone : 033-24274537 / 528

E-mail : rkmlpndp@gmail.com

Website : www.rkmlsp.org

প্রকাশক

স্বামী শাস্ত্রজ্ঞানন্দ

সম্পাদক

রামকৃষ্ণ মিশন লোকশিক্ষা পরিষদ

রামকৃষ্ণ মিশন আশ্রম

নরেন্দ্রপুর, কলকাতা-৭০০ ১০৩

E-mail : rkmlpndp@gmail.com

রামকৃষ্ণ মিশন লোকশিক্ষা পরিষদ, নরেন্দ্রপুর কর্তৃক
প্রকাশিত ও স্বরস্বত্ব সংরক্ষিত

প্রকাশকাল

১লা বৈশাখ, ১৪৩১ ; ইং-১৪ই এপ্রিল, ২০২৪

মুদ্রক

এ. জি. প্রিন্টার্স

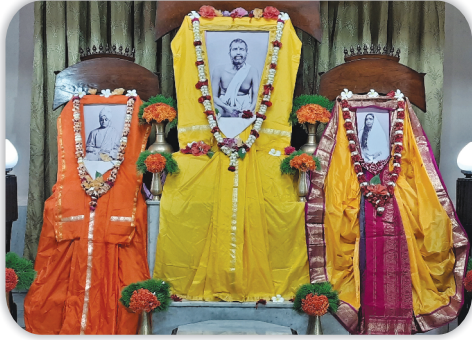
১০১ বৈঠকখানা, কলকাতা- ৭০০০০৯

প্রচ্ছদ

ক্রিয়েটিভ কনসেপ্ট

১, নবীন পাল লেন, কলকাতা-৭০০০০৯

সমর্পণ মূল্য ৫০ টাকা



রামকৃষ্ণ মিশন আশ্রম, নরেন্দ্রপুর মন্দিরে নিত্য পূজিত ত্রিদেব

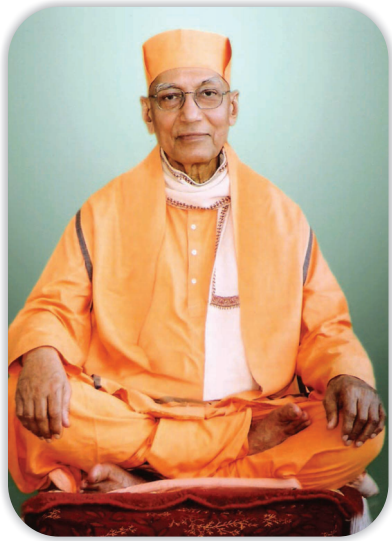
প্রণাম মন্ত্র

ওঁ স্থাপকায়চ ধর্মস্য সর্বধর্মস্বরূপিণে ।
অবতারবরিষ্ঠায় শ্রীরামকৃষ্ণায় তে নমঃ ॥
জননীং সারদাং দেবীং রামকৃষ্ণং জগদগুরুম্ ।
পাদপদ্মে তয়ো শ্রিত্বা প্রণমামি মূর্ছমূর্ছং ॥
নমঃ শ্রীযতিরাজায় বিবেকানন্দ সুরয়ে ।
সচ্চিদসুখস্বরূপায় স্বামীনে তাপহারিণে ॥



শ্রীমৎ স্বামী বিরজানন্দজী

রামকৃষ্ণ সঙ্ঘের ষষ্ঠ সঙ্ঘাধ্যক্ষ, যাঁর থেকে
স্বামী গহনানন্দজীর মন্ত্র, ব্রহ্মচর্য এবং সন্ন্যাস দীক্ষা হয়েছিল।



শ্রীমৎ স্বামী গহনানন্দজী

রামকৃষ্ণ সঙ্ঘের চতুর্দশ সঙ্ঘাধ্যক্ষ



নয়া দিল্লী, রামকৃষ্ণ মিশনের গর্ভ মন্দিরে



জয়রামবাটী, শ্রীশ্রীমায়ের গর্ভ মন্দিরে

মধু সঞ্চয়ন (স্বামী গহনানন্দ উক্তি সংগ্রহ)

পীযুষবদ্ মুমুক্শুগাং সংসারতাপনাশকঃ।
গুরোঃ কৃপার্ণবো বন্দ্যঃ পত্রব্যঞ্জন নিঃসৃতঃ।।

“সাধক মুমুক্শুদের সাংসারিক ত্রিবিধ তাপের সমূল নাশ করার জন্য অমৃততুল্য, শ্রীমৎ গুরুকৃপাসাগররূপী এই পত্র সংকলন গ্রন্থটি আলোকিত হলো।”

সূচীপত্র

- প্রকাশকের কলমে — স্বামী শাস্ত্রজ্ঞানন্দ ১১
- কৃতজ্ঞতা স্বীকার — স্বামী তৎপরানন্দ ১৩
- ভূমিকা — ঈশ্বিতা চক্রবর্তী ১৫
- শ্রীমৎ স্বামী গহনানন্দজী মহারাজের সংক্ষিপ্ত জীবনী ১৯
- শ্রীমৎ স্বামী বিরজানন্দজী মহারাজের পত্র থেকে ২৫
- মধু সঞ্চয়ন (উক্তি সংকলন) ৩১
- পরিশিষ্ট
 - শ্রীরামকৃষ্ণ চাল্লিশা — ড. কেদারনাথ লাভ ১৩৩
 - গুরুকৃপা — স্বামী বরেশ্বরানন্দ ১৪৩



প্রকাশকের নিবেদন

২০১৮ সালের মে মাসে ‘গহন আনন্দ চিন্তন’ (১ম খন্ড) গ্রন্থটি প্রকাশের পর পাঠক মহলে খুব প্রশংসিত হয় এবং শীঘ্রই গ্রন্থটির পুনর্মুদ্রণের প্রয়োজন পড়ে। ‘মধু সঞ্চয়ন’ পুস্তকটি ‘গহন আনন্দ চিন্তন’ (১ম খন্ড) গ্রন্থটির সংক্ষিপ্ত সংস্করণ। পুস্তকটি হিন্দি ভাষায় ৪ জুন, ২০২৩-এ স্নান যাত্রার দিনে প্রকাশিত হয় এবং পাঠক মহলে সমাদৃত হয়। হিন্দি ভাষার পাশাপাশি ‘মধু সঞ্চয়ন’ পুস্তকটি বাংলা ভাষাতেও প্রকাশিত হলো। পুস্তকটি বাংলার ভক্ত-চিন্তে শান্তি, পবিত্রতা ও আনন্দের স্পর্শ আনুক, এই ঐকান্তিক প্রার্থনা।

৩ জানুয়ারি, ২০২৪

(১৮ই পৌষ, ১৪৩০)

শ্রীশ্রীমায়ের আবির্ভাব তিথি

স্বামী শাস্ত্রজ্ঞানন্দ

সম্পাদক

রামকৃষ্ণ মিশন আশ্রম

নরেন্দ্রপুর, কলকাতা



কৃতজ্ঞতা স্বীকার

‘মধু সঞ্চয়ন’ পুস্তকটি ‘গহন আনন্দ চিন্তন’ গ্রন্থের প্রথম ভাগ পত্র-সংকলনের একটি ‘ক্ষুদ্র সংস্করণ’। মৌমাছি যেমন পুষ্প থেকে মধু নিয়ে মৌচাকে সংরক্ষণ করে তেমনই ‘গহন আনন্দ চিন্তন’, ‘মধু সঞ্চয়ন’ পুস্তকটি ‘গহন আনন্দ চিন্তন’ গ্রন্থের প্রথম ভাগ থেকে মধুর কথা নিয়েই তৈরি হয়েছে।

পরম পূজনীয় মহারাজের পত্রলেখার কথাগুলি ছিল তাঁর আশীর্বাণী ও মঙ্গল বার্তা। নানা ধরনের জীবন জিজ্ঞাসা নিয়ে গৃহী ও সন্ন্যাসী ভক্তবৃন্দ মহারাজকে যে সব কথা বলতেন, সেইসব কথাই ‘গহন আনন্দ চিন্তন’ গ্রন্থের প্রথম ভাগে ‘পত্র সংকলন’ রূপে প্রকাশ পায়। পত্র সংকলন গ্রন্থে প্রকাশিত পত্রগুলি পড়ে যে কথাগুলো মনে খুব রেখাপাত করত, সেই কথাগুলিই লিপিবদ্ধ করেন লেখিকা ঈঙ্গিতা চক্রবর্তী, তিনি হলেন বেলুড় মঠ স্থিত ব্রহ্মচারী প্রশিক্ষণ কেন্দ্রের প্রাক্তন প্রাচার্য ব্রহ্মলীন স্বামী জুষ্টানন্দ মহারাজের ভাতৃপুত্রী, তাঁকে অশেষ ধন্যবাদ জানাই এই কাজটি সম্পাদনা করার জন্য।

রামকৃষ্ণ মঠের বরিষ্ঠ সন্ন্যাসী পূজনীয় স্বামী বরেশ্বরানন্দ মহারাজের স্বরচিত ‘গুরু কৃপা’ কবিতার দ্বারা পুস্তকটি সমৃদ্ধ করার

জন্য পূজনীয় মহারাজকে প্রণাম ও কৃতজ্ঞতা জানাই। পুস্তকটির শেষাংশে আছে ‘রামকৃষ্ণ চাল্লিশা’, ডঃ কেদারনাথ লাভ ‘হনুমান চাল্লিশা’-এর অনুকরণে অবধি ভাষায় রচনা করেছেন। এই ‘রামকৃষ্ণ চাল্লিশা’ বঙ্গানুবাদ করতে সাহায্য করেছেন শ্রীযুক্ত সমীর সরকার, তাঁকে বিশেষ কৃতজ্ঞতা জানাই। পুস্তকটি সর্বাঙ্গীন সুন্দর করে তুলতে যাঁরা সাহায্য করেছেন তারা হলেন শ্রীযুক্ত সুদীপ্ত দে, শ্রীযুক্ত সমিত কুমার বাগ ও শ্রীযুক্ত রামচন্দ্র দাস, তাঁদেরকে জানাই অকুণ্ঠ ধন্যবাদ ও কৃতজ্ঞতা।

সর্বশেষে পুস্তক প্রকাশনের জন্য প্রণাম ও কৃতজ্ঞতা জানাই নরেন্দ্রপুরের সচিব পূজ্যপাদ স্বামী শাস্ত্রজ্ঞানন্দ মহারাজকে।

তাঁদের সকলের সমবেত প্রয়াসেই ‘মধু সঞ্চয়ন’ পুস্তকটি খুব দ্রুত প্রকাশিত হলো। প্রকাশনায় কোন ভুল ত্রুটি থাকলে পাঠককূলের সুপরামর্শে তা সংশোধন করার সুযোগ পেলে কৃতার্থ হবো।

শ্রীগুরুচরণাশ্রিত

শ্রীরামকৃষ্ণ জন্মতিথি

স্বামী তৎপরানন্দ

১২ই মার্চ, ২০২৪

রামকৃষ্ণ মিশন আশ্রম, নরেন্দ্রপুর

(২৮শে ফাল্গুন, ১৪৩০) E-mail : tatparananda@rkmm.org

ভূমিকা

‘গহন আনন্দ চিন্তন’ পুস্তকটির হিন্দী সংস্করণ প্রথমে পূজনীয় স্বামী তৎপরানন্দ মহারাজের থেকে উপহার পেয়েছিলাম। ওই গ্রন্থটিতে মহারাজের এত ছবি দেখে আর পত্রাবলি পড়ে খুবই খুশী হলাম। হিন্দী ভাষাতে আমি পড়তে পারব, কিন্তু পরিবারের সব সদস্যরা পড়তে পারবেন না, এই কথা আমি পূজনীয় মহারাজকে জানালাম। আমাদের পরিবারে অনেকজন আছেন যাঁরা পরম পূজ্যপাদ স্বামী গহনানন্দ মহারাজ থেকে মন্ত্র দীক্ষা নিয়েছেন। পূজনীয় স্বামী তৎপরানন্দ মহারাজ তখন আমায় বললেন, বঙ্গানুবাদ করতে কাউকে ঠিক করতে পারছি না, পরে যদি শ্রীশ্রীমায়ের ইচ্ছা হয় তখন বঙ্গানুবাদ হয়ে উঠবে। এই কথা শুনে তখন আমি বললাম চেষ্টা করে দেখব, আমার মা নিশ্চয় এই কাজে সাহায্য করবেন। গুরু করলাম বঙ্গানুবাদ করা। কলেজের পড়াশোনার সাথে সাথে চলত আমার এই কাজ। প্রত্যেক দিন কলেজ থেকে ফিরে এসে বঙ্গানুবাদ করতে বসতাম। ঘড়ির কাঁটাতে চোখ পড়ত, দেখতাম রাত দুটো বাজে, আমার মা ও পাশে বসে আছেন, চোখে কোনো ঘুম নেই,

ক্লাস্তির লেশমাত্র নেই। অনুবাদ করার সময় এমন মনে হতো, যেন পরম পূজ্যপাদ স্বামী গহনানন্দ মহারাজ আমাদের পাশে চেয়ারে বসে আছেন আর মৃদু হেসে হেসে নিজের কথা বলে দিচ্ছেন, আমি সেটা লিখছি। তারপর চিঠিগুলি ‘গহন আনন্দ চিন্তন’ প্রথম ভাগ গ্রন্থাকারে প্রকাশিত হলো।

আবার একদিন বেলুড় মঠে পূজনীয় স্বামী তৎপরানন্দ মহারাজের সাথে আমার সাক্ষাৎ হয়। পূজনীয় মহারাজ আমায় একটি হিন্দী পুস্তক দিলেন, পুস্তকটির নাম হল ‘মধু সঞ্চয়ন’, ‘গহন আনন্দ চিন্তন’ হিন্দী গ্রন্থটির সংক্ষিপ্ত সংস্করণ। এই পুস্তকটির সম্পাদনা করেছেন যোধপুর নিবাসী শ্রীযুক্ত সুরেন্দ্র সিং চৌহান। পূজনীয় মহারাজ বললেন এই পুস্তকটি দেখে অনেক ভক্তরা বাংলা ভাষাতে প্রকাশ করার জন্য প্রস্তাব রেখেছেন। সমস্ত কথা শুনে আমি পূজনীয় মহারাজকে জানালাম, বঙ্গানুবাদ যখন করতাম তখন যে পংক্তিগুলো আমার মনের গহনে সাড়া দিত আমি সেইগুলোকে চিহ্নিত করে রাখতাম।

পূজনীয় মহারাজ সেটা শুনে খুব আগ্রহ প্রকাশ করলেন এবং বললেন শীঘ্রই আমায় এটা এনে দাও, আমরা এটা প্রকাশ করব।

আমি নিজেকে ধন্য মনে করছি, এই ক্ষুদ্র প্রয়াস সবার কাজে লাগছে আর পূজনীয় স্বামী তৎপরানন্দ মহারাজের স্নেহভাজন হয়ে

গহন আনন্দ চিন্তন

মধু সঞ্চয়ন

নিজেকে সৌভাগ্যশালিনী মনে করি, ঠাকুর ও গুরুজনের সেবার সুযোগ করে দিলেন। এই মহৎ কাজে আমার মা শ্রীমতী নন্দিতা চক্রবর্তী ও আমার বাবা শ্রীযুক্ত জ্যোতিষ্ময় চক্রবর্তী দিশা নির্দেশ করেছেন। পরম পূজনীয় স্বামী বিশ্বনাথানন্দ মহারাজ, স্বামী বুদ্ধদেবানন্দ মহারাজ ও অন্যান্য পূজনীয় মহারাজরা আমায় এই কাজের জন্য অনেক প্রেরণা দিয়েছেন।

আশা করি এই পুস্তকটি পরশমণির মত সকল ভক্ত অনুরাগীদের হৃদয় আলোকিত করবে।

এই পুস্তকের উক্তিগুলি ‘গহন আনন্দ চিন্তন’ পত্র সংকলনের প্রথমভাগ থেকে নেওয়া হলো। উক্তিগুলির পৃষ্ঠা সংখ্যা ও পত্র সংখ্যা এখানে সংযোজিত করা হলো।

সংশয়রাঙ্কসনাশমহাস্ত্রম, যামি গুরুং শরণং ভববৈদ্যম্।

নরদেব দেব, জয় জয় নরদেব।।

স্বামী অদ্ভুতানন্দ জন্মতিথি

ঈঙ্গিতা চক্রবর্তী

মাঘী পূর্ণিমা

কলকাতা

২৪ ফেব্রুয়ারি, ২০২৪

(রেইকি থ্র্যান্ড মাস্টার)

(১১ই ফাল্গুন, ১৪৩০)

E-mail : happylife664455@gmail.com

শ্রীমৎ স্বামী গহনানন্দজী মহারাজের সংক্ষিপ্ত জীবনী



স্বামী গহনানন্দজী মহারাজ ৪ঠা অক্টোবর ১৯১৬ খ্রীঃ (দুর্গা অষ্টমী তিথি) সিলেট জেলার পাহাড়পুর গ্রামে (বর্তমান বাংলাদেশ) জন্মগ্রহণ করেন। ছাত্র-জীবনেই তিনি শ্রীরামকৃষ্ণ ও স্বামী বিবেকানন্দের জীবনী এবং উপদেশাদির অধ্যয়ন করেন এবং তাঁদের প্রতি তীব্র আকর্ষণ অনুভব করেন। রামকৃষ্ণ সংঘের বিশিষ্ট সন্ন্যাসীদের জীবন দেখেও তিনি অনুপ্রাণিত হন। ব্রহ্মলীন্ স্বামী প্রভানন্দজী (কেতকী মহারাজ) তাঁর পূর্বাশ্রম সম্পর্কিত ভাই ছিলেন।

একবার তাঁর শ্রীরামকৃষ্ণের অন্তরঙ্গ শিষ্য স্বামী অভেদানন্দজীর সঙ্গেও দেখা হয়েছিল।

১৯৩৮ সালের জানুয়ারি মাসে ২২ বছর বয়সে মহারাজজী রামকৃষ্ণ সংঘের ভুবনেশ্বর কেন্দ্রে যোগদান করেন এবং দু-মাস পর সংঘের তৎকালীন অধ্যক্ষ স্বামী বিরজানন্দজী মহারাজের কাছ থেকে মন্ত্র দীক্ষা গ্রহণ করেন। ১৯৪৪ সালে স্বামী বিরজানন্দজী মহারাজ ব্রহ্মাচার্য দীক্ষা প্রদান করেন এবং তাঁর নতুন নাম হয় অমৃতচৈতন্য। ১৯৪৮ সালে পূজনীয় বিরজানন্দজীর কাছ থেকেই তিনি সন্ন্যাস-দীক্ষা পান এবং এবারে তাঁর নাম হয় স্বামী গহনানন্দ।

ভুবনেশ্বরে মহারাজ স্বামী নির্বাণানন্দজী মহারাজের (যিনি পরবর্তীকালে সংঘের উপাধ্যক্ষ ছিলেন) মার্গদর্শনে কার্য নির্বাহ করেন। স্বামী শংকরানন্দজী, (পরবর্তীকালে সংঘের সপ্তম অধ্যক্ষ) ও স্বামী অচলানন্দজী (স্বামী বিবেকানন্দজীর শিষ্য তথা সংঘের উপাধ্যক্ষ) ভুবনেশ্বর, পুরী প্রভৃতি দর্শনে এলে মহারাজজী তাঁদের সেবা করার সুবর্ণ সুযোগ পান। ১৯৪২ সাল থেকে ১৯৫২ সাল পর্যন্ত মায়াবতী অদ্বৈত আশ্রমের কলকাতা শাখায় ছিলেন মহারাজ। এই সত্তর বছরের সুদীর্ঘ কার্যক্রমের মধ্যে দুবার নির্জনে অধ্যয়ন তথা সাধনার উদ্দেশ্যে হিমালয়স্থিত মায়াবতী আশ্রমে যান।

১৯৫৩ সাল থেকে ১৯৫৮ সাল পর্যন্ত তিনি শিলং কেন্দ্রে

ছিলেন, যেখানে স্বামী ব্রহ্মানন্দজী মহারাজের শিষ্য স্বামী সৌম্যানন্দজী ছিলেন আশ্রমাধ্যক্ষ। এই সময় অসমে দুবার বন্যা-ব্রাণকার্যেরও পরিচালনা করেন মহারাজ। স্বামী গহনানন্দজী রোগী ও পীড়িতের সেবায় পারদর্শী ছিলেন।

১৯৫৮ সালে তাঁকে মিশনের হাসপাতাল রামকৃষ্ণ মিশন সেবা প্রতিষ্ঠানে নিযুক্ত করা হয়। প্রথমে ৫ বছর সহ-সম্পাদক রূপে এবং তারপর স্বামী দয়ানন্দজীর নির্দেশে সম্পাদক হিসাবে কার্য নির্বাহ করেন। ১৯৮৫ সাল পর্যন্ত অর্থাৎ সুদীর্ঘ ২৩ বছর উনি সেবা প্রতিষ্ঠানের সেক্রেটারি পদে অধিষ্ঠিত ছিলেন।

সেবা প্রতিষ্ঠান প্রথমে একটি আদর্শ প্রসূতি-হাসপাতাল এবং শিশু-মঙ্গল-কেন্দ্ররূপে শুরু হয়েছিল ও কয়েক বছর ধরে সেই রূপেই সুপরিচিত ছিল। পরবর্তীকালে সেটা যে বৃহৎ ও বহুমুখী রূপ ধারণ করল, সেটি মুখ্যত স্বামী গহনানন্দজী মহারাজের জন্যেই। সমাজের দরিদ্র শ্রেণির লোকের উপযুক্ত চিকিৎসার প্রয়োজনীয়তা পূর্ণ করার উদ্দেশ্যে হাসপাতালের বিকাশ এবং বিস্তারের জন্য তিনি অক্লান্ত পরিশ্রম করেন। চলমান-চিকিৎসা পরিষেবার মাধ্যমে প্রত্যন্ত গ্রামে বিনামূল্যে চোখের শল্যচিকিৎসার উদ্দেশ্যে ক্যাম্প, প্রতিবছর গঙ্গাসাগর মেলায় তীর্থযাত্রীদের উদ্দেশ্যে চিকিৎসা সেবা এবং বাংলাদেশের মুক্তি-যুদ্ধের সময় শরণার্থীদের উদ্দেশ্যে ব্রাণ-কার্যের ব্যবস্থা করেন।

স্বামী গহনানন্দজী ১৯৬৫ সালে রামকৃষ্ণ মঠের ট্রাস্টি এবং রামকৃষ্ণ মিশনের পরিচালক-সমিতির সদস্য পদে নির্বাচিত হন।



১৯৭৬ সালে এই দুটি সংস্থার সহ-সম্পাদক রূপে নিযুক্ত হন। একই সঙ্গে তিনি (মার্চ) ১৯৮৫ সাল পর্যন্ত সেবা-প্রতিষ্ঠানের সম্পাদক পদের দায়িত্ব পালন করেন। পরবর্তীকালে বেলুড় মঠে স্থায়ীভাবে চলে আসেন। ১৯৮৯ সালে উনি মঠ ও মিশনের সাধারণ সম্পাদক হন এবং তিন বছর ঐ পদে অধিষ্ঠিত থাকেন। তারপর ১৪ই এপ্রিল, ১৯৯২ সালে মহারাজকে সংঘের সহ-অধ্যক্ষ

রূপে নির্বাচিত করা হয়। ঐ সময় থেকে তিনি কলকাতার কাঁকুড়গাছি রামকৃষ্ণ মঠ (যোগোদ্যান)-এরও অধ্যক্ষ হন। পরবর্তীকালে ২৬শে মে, ২০০৫ সালে রামকৃষ্ণ মঠ, বেলুড় মঠের ট্রাস্টিমন্ডলী এবং মিশনের পরিচালন সমিতি তাঁকে সংঘের চতুর্দশতম অধ্যক্ষ নির্বাচিত করেন।

মঠ এবং মিশনের সহ-অধ্যক্ষরূপে স্বামী গহনানন্দজী ভারতের বিভিন্ন অঞ্চলে ভ্রমণ করেন এবং সংঘের অসংখ্য কেন্দ্র তথা ভাবপ্রচারের অধীন কেন্দ্রে পদার্পণ করেন। ১৯৯৩ সালে শিকাগো বিশ্বধর্ম মহাসভা কাউন্সিল দ্বারা স্বামী বিবেকানন্দের ধর্ম-মহাসভায় যোগ দেওয়ার ঐতিহাসিক ঘটনার শতাব্দী উদ্‌যাপন সমারোহে (যেখানে পৃথিবীর বিভিন্ন অঞ্চল থেকে ৬৫০০ জন অংশ নিয়েছিলেন) তিনি রামকৃষ্ণ সংঘের পক্ষ থেকে প্রতিনিধিত্ব করেন। সেই সময় তিনি মিশনের আমেরিকা ও কানাডাস্থিত কেন্দ্রগুলোর পরিদর্শন করেন। বিভিন্ন সময়ে মহারাজ ইংলন্ড, ফ্রান্স, সুইজারল্যান্ড, হলাণ্ড, অস্ট্রেলিয়া, জাপান, মায়ানমার, শ্রীলঙ্কা, বাংলাদেশ, সিঙ্গাপুর, মালয়েশিয়া এবং মরিসাসের বিভিন্ন স্থানে পরিভ্রমণ করেন।

এই সমস্ত স্থানে তিনি শ্রীরামকৃষ্ণ, শ্রীসারদা দেবী এবং স্বামী বিবেকানন্দের বাণী প্রচার করেন ও বহু ভক্তগণকে দীক্ষা প্রদান করেন। তিনি নিজের ব্যক্তিগত কষ্ট ও অসুবিধাকে কখনই গুরুত্ব দেননি। বিভিন্ন অঞ্চল থেকে, এমনকি প্রত্যন্ত গ্রাম থেকেও আধ্যাত্মিক নির্দেশের জন্য প্রাপ্ত অনুরোধকে স্বীকার করেছেন এবং সে সমস্ত স্থানে পদার্পণ করে জিজ্ঞাসুদের মন্ত্র দীক্ষা প্রদান ও সমস্ত ভক্তগণকে ভক্তি ও মুক্তি-লাভের জন্য আধ্যাত্মিক জীবনে চলার পথ দেখিয়েছেন।

স্বাস্থ্যের অবনতির কারণে ৪ঠা সেপ্টেম্বর ২০০৭ সালে তাঁকে চিকিৎসার জন্য কলকাতার রামকৃষ্ণ মিশন সেবা প্রতিষ্ঠানে ভর্তি করা হয়। যথোচিত চিকিৎসা ব্যবস্থা সত্ত্বেও তাঁর অবস্থার ক্রমশ অবনতি হতে থাকে এবং ৪ঠা নভেম্বর বিকাল ৫-৩৫ মিনিটে সমাধিযোগে মহাপ্রয়াণ করেন।



শ্রীমৎ স্বামী বিরজানন্দ মহারাজ কর্তৃক স্বামী গহনানন্দ মহারাজকে
লেখা পত্রগুলি থেকে পাওয়া কিছু কথা



শ্রীমৎ স্বামী গহনানন্দ মহারাজ
বেলুড় মঠের নিজস্ব কক্ষে
পবিত্র ত্রিদেব ও নিজ গুরুর চরণে প্রণামরত।

শ্রী নরেশ্বরঞ্জন (স্বামী গহনানন্দ)

১

“প্রাচীন সাধুদের সেবা করিলে দেহমন পবিত্র হইয়া যায়। তুমি তিন মাস কেদারবাবার সঙ্গ ও সেবা করিতে পারিয়াছ জানিয়া খুব খুশী হইয়াছি। বিশেষ কোনো ভাবনা করিও না। তুমি শ্রীশ্রীঠাকুরের আশ্রিত। তোমার জীবনের উপর তাঁহার মঙ্গলদৃষ্টি সততই রহিয়াছে জানিবে।” (পত্র সংখ্যা ১, তারিখ ২০ আগস্ট ১৯৩৯ লিখিত পত্র থেকে)

২

“প্রাণায়াম করিতে গেলে শরীর যখন খারাপ বোধ হয়, তখন উহা করিবার দরকার নাই। শ্রীশ্রীঠাকুরের কাজে— তাঁহারই প্রীতির জন্য করিতেছো— এইভাবে লইয়া কাজ করিবে। কাজ লইয়া থাকিলে শরীর মনের খুব একটা training হয় এবং উহারা জপ ধ্যান করিবার সামর্থ্য লাভ করে। বহুভাগ্যে তোমার সাধুসঙ্গ এবং সাধুদের আশীর্বাদ লাভ হইতেছে। উহার সদ্যবহার করিয়া জীবন ধন্য কর।” (পত্র সংখ্যা ২, তারিখ ০৯ জানুয়ারি ১৯৪০ লিখিত পত্র থেকে)

৩

“তুমি ঠাকুরের সন্তান। নিজের উপর খুব ভরসা রাখিবে। তাঁর কৃপায় ভক্তি বিশ্বাস, জ্ঞান, বৈরাগ্য লাভ করিয়া জীবন ধন্য হইবে।”
(পত্র সংখ্যা ৩, তারিখ ২৫ মে ১৯৪০ লিখিত পত্র থেকে)

৪

“সাধন জীবনে একটানা আনন্দ লাভ বহু পরের কথা। উঠা-নামা হইবেই। এক একটি ভাব লইয়া লাগিয়া পড়িয়া থাকিতে হয়। যখন



যে ভাবটা মনে আসিবে তাহাই যে করিতে হইবে তাহার কোনো মানে নেই। গুরুর নির্দেশেই সাধনপথে একমাত্র আলোক জানিবে। ঐ আলোক ধরিয়া চলিলে কখনও পথভ্রান্ত হইবার আশঙ্কা থাকে না। এ পথ তো লেখাপড়ার পথ নয়— যে বছরে বছরে ক্লাস প্রমোশন হইবে ও নূতন করে

Text বদলাইতে হইবে। আজীবন একটি ভাবই সাধিত হইবে, যতদিন না উহার প্রত্যক্ষ অনুভূতি হয়।” (পত্র সংখ্যা ৭, তারিখ ০৯ ডিসেম্বর ১৯৪০ লিখিত পত্র থেকে)

৫

“শ্রীশ্রীঠাকুর যখন যে অবস্থায় রাখেন তাহাতেই সন্তুষ্ট থাকা উচিত। কোনো অবস্থাতেই যদি বিচলিত ও বিরক্ত না হইয়া প্রাপ্ত কর্তব্য শ্রীশ্রীঠাকুরের সেবাজ্ঞানে সুসম্পন্ন করিতে পার তাহা হইলে উহাই সাধন ভজনের সমতুল্য হইবে। চিন্তাশুদ্ধ হইবে। চরিত্র গঠিত হইবে এবং শ্রীশ্রীঠাকুর তোমার উপর প্রসন্ন হইবেন।” (পত্র সংখ্যা ৮, তারিখ ২ জুলাই ১৯৪১ লিখিত পত্র থেকে)

৬

“জপ ধ্যানের অভ্যাসটি ছাড়িও না। উহাই সাধুজীবনের প্রধান বল ও অবলম্বন।” (পত্র সংখ্যা ১০, তারিখ ২১ আগস্ট ১৯৪২ লিখিত পত্র থেকে)

শুভানুধ্যায়ী

স্বামী বিরজানন্দ

(এই মূল্যবান উপদেশগুলি ‘গহন আনন্দ চিন্তন’ প্রথম ভাগ থেকে সংযোজিত করা হলো।)



বেলুড় মঠের প্রাঙ্গণে



সমুদ্র তীরে

গহন আনন্দ চিন্তন

মধু সঞ্চয়ন

মধু সঞ্চয়ন

(স্বামী গহনানন্দ উক্তি সংগ্রহ)



‘গহন আনন্দ চিন্তন’
ভাগ-এক এর সংক্ষিপ্ত সংস্করণ

মূল গ্রন্থকার স্বামী তৎপরানন্দ
উক্তি সংগ্রাহিকা ঈশ্বিতা চক্রবর্তী

১

শেষ জন্ম : শ্রীভগবান অবশ্যই তোমাদের মঙ্গল করবেন। তিনি তোমাদের হাত ধরে আছেন। কারণ তিনি নিজেও যে বলেছেন, যাদের শেষ জন্ম তাদের এখানে আসতেই হবে। তোমরাও আস্থা রাখো, বিশ্বাস করো। ভগবানকে মনে প্রাণে ডাক— এটাই যেন তোমাদের শেষ জন্ম হয়। এটুকু করো। বাকিটা তিনি করবেন। তোমরা এক পা এগোও, তিনি দশ পা এগিয়ে তোমাদের কোলে তুলে নেবেনই নেবেন। (পৃষ্ঠা-২)

২

মনে রাখবে : দীক্ষা দানের পরে দীক্ষিত ভক্তদের স্মরণ করিয়ে দিতেন যে— ‘আজ থেকে সর্বদা মনে রাখবে তোমাদের ইষ্ট দেবতা তোমাদের হৃদয়ে বসে আছে। তাঁর প্রতি খেয়াল রাখবে।’ (পৃষ্ঠা-৩৩)

৩

আমার সৌভাগ্য : বাস্তবে তুমি যথেষ্ট ভাগ্যশালিনী। তোমার ইষ্টদেবতা আমাদের এই শতকোটির অধিক জনসমুদায়ের মধ্য থেকে তোমাকে স্বীকার করেছেন, তোমাকে ওনার নামমন্ত্র জপ করার

৩৩

অধিকার প্রদান করেছেন। অবশ্যই এটা তোমার সৌভাগ্যের দ্যোতক। কিন্তু চিঠিতে তোমার বিষয়াসক্তির বিষয়ে যা কিছু লিখেছো, ওটা আমার অরুচিকর মনে হয়েছে। তুমি তো চরাচরে ব্যাপ্ত তাঁর মহিমা সম্পর্কে জানোই। তাঁর কৃপা-কটাক্ষমাত্র হাজার যুগের সঞ্চিত মলিনতা ক্ষণমাত্রে দূর হয়ে যায়— যেমন একটি প্রদীপের শিখা হাজার বছরের সঞ্চিত অন্ধকার দূর করে দিতে সমর্থ হয়। (পৃষ্ঠা-৬৭)

৪

দৈনিক কার্য : নিজের দৈনন্দিন কার্যকলাপকে ভগবৎপূজা জ্ঞানে পরিচালিত করো। এটাতে তোমার সবারকম সংস্কার শুদ্ধ হবে, তোমার মনও ঈশ্বরপরায়ণ হবে এবং তুমি ভগবদ্দর্শনের যোগ্যতা অর্জন করবে। (পৃষ্ঠা-৬৮, পত্র সংখ্যা-১)

৫

৭৫ বছরের পরে : পাঁচাত্তর বছর বয়স হয়ে গেছে এখন যতক্ষণ সম্ভব রাত-দিন অবিরাম প্রভুর নাম জপ করার চেষ্টা করো। বই ও পত্রিকাতে এখন আর কি পাবে? ১০-২০ বছর এখনও সময় আছে, প্রভুর নাম জপ করতে থাকো। সংসারের যাবতীয় কামনা বাসনা, এমনকি শান্তির কামনাও শ্রীশ্রীপ্রভুর পাদপদ্মে সমর্পণ করে দাও। (পৃষ্ঠা-৬৯, পত্র সংখ্যা-২)

৬

মঠবাসীদের প্রতি : তুমি মঠে প্রবেশ করেছো, এখন তোমার প্রথম কর্তব্য হল শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা, আমাদের স্বামীজী মহারাজ এবং ওনার গুরুভাইদের জীবন এবং উপদেশগুলোর সঙ্গে পরিচিত হওয়া, যেমন লোকে মন্দিরে প্রবেশ করার আগে গঙ্গাস্নান করে। তারপর সংস্কৃত ভাষা রপ্ত করার চেষ্টা করো। (পৃষ্ঠা-৬৯, পত্র সংখ্যা-৩)

৭

যা কিছু আছে সব মায়ের : শ্রীশ্রীমায়ের অতিরিক্ত এই সংসারের কোন অস্তিত্ব নেই, আর তুমি বলছ মা-ই রক্ষাকর্ত্রী ইত্যাদি। জগতের আশ্রয়ই মা, সৃষ্টি, স্থিতি, সংহারকর্ত্রী মা-ই আছেন, ওনার মধ্যে তোমার, আমার সবার সৃষ্টি, স্থিতি, সংহার আশ্রিত আছে। যা কিছু হয়েছে মায়ের আশ্রয়ে থেকেই হয়েছে। তুমি যা করেছো, বা তোমার দ্বারা করা হয়েছে বা যেটা মা তোমায় দিয়ে করিয়েছেন, মনে করবে ওনার ছত্রছায়ায় থেকেই তুমি করেছো। আমায় বা অন্য কাউকে এসব কথা বলা বা লেখার কোনো দরকার ছিল না, এগুলোকে ভুলে যাও। মায়ের উপর মনঃসংযোগ করলে মায়ের কথা ছাড়া অন্য কথা নিয়ে চিন্তা করার প্রয়োজন হবে না। (পৃষ্ঠা-৭০, পত্র সংখ্যা-৬)

৮

নিরন্তর জপ : যতদূর সম্ভব নিরন্তর নিজের ইষ্টমন্ত্র জপ করার অভ্যাস করো। সংখ্যা রাখবার প্রয়োজন নেই। (পৃষ্ঠা-৭১, পত্র সংখ্যা-৮)

৯

মনকে শান্ত রাখার উপায় : তোমার হৃদয়ের অভ্যন্তরেই তোমার ইষ্টদেবতার নিবাস, যে তোমাকে সর্বক্ষণ চালনা করছেন। ওনার উপস্থিতিকে অনুভব করে যদি তুমি সর্বক্ষণ, যতদূর পারো ইষ্টমন্ত্র জপ করার অভ্যাস করো, দেখবে ধীরে ধীরে তোমার মন শান্ত হয়ে যাবে। (পৃষ্ঠা-৭২, পত্র সংখ্যা-১০)

১০

খুব নাম জপ : শ্রীশ্রীঠাকুরই তোমার জীবন হয়ে গেছেন, ওনার নাম নিতে নিতেই দিন যদি কাটে, এর থেকে ভালো আর কি হতে পারে? খুব নাম জপ করো, খুব নাম জপো। (পৃষ্ঠা-৭৩, পত্র সংখ্যা-১১)

১১

বন্ধু কে : মনে যতদূর পারো সর্বক্ষণ নিজের ইষ্টমন্ত্রের নাম অর্থাৎ নিজের ইষ্টমন্ত্র জপ করার অভ্যাস তৈরী করো। তোমার অন্য কোনো বন্ধুর দরকার নেই, শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা, স্বামীজী মহারাজকে আর

৩৬

তুমি চাইলে আমাকেও বন্ধু বানাতে পারো। (পৃষ্ঠা-৭৩, পত্র সংখ্যা-১৩)

১২

নাম জপের দ্বারাই প্রভুর সেবা : মন দিয়ে অন্তরে প্রভুর নাম নিতে থাকো। এটাতেই প্রভুর সেবা হবে আর প্রভুর সেবাই জগৎ সেবা। তুমি নিশ্চয় পড়েছো—

ওঁ প্রীয়াতাং পুন্ডরীকাক্ষঃ সর্বযজ্ঞেশ্বরো হরিঃ।

তস্মিন্ তুষ্টে জগৎ তুষ্টং প্রীণিতে প্রীণিতং জগৎ॥

(পৃষ্ঠা-৭৪, পত্র সংখ্যা-১৪)

১৩

বইয়ের চরণ : মনের চিন্তাধারার শুদ্ধতা শুধু বই পড়ে হয় না। যেমন আমাদের স্বামীজী মহারাজ লিখেছেন, এমন বই পড়ো না, যেসব বইয়ের লেখকদের জীবনে ভগবৎ উপলব্ধি হয়নি। আর ঐ সব বইগুলো মূল রূপে অর্থাৎ মূল ভাষায় পড়ো। (পৃষ্ঠা-৭৫, পত্র সংখ্যা-১৫)

১৪

ধ্যান, জপ ও উপাসনা : ধ্যান-জপ ইত্যাদি সম্পর্কে তোমায় দীক্ষার সময় দেওয়া ‘উপাসনা পদ্ধতি’ বইটিতে উল্লিখিত নিয়মগুলো পালন

করো। প্রতিদিন প্রথমে দীক্ষামন্ত্রের, তোমায় বলা নিয়ম অনুযায়ী পালন করে জপ ইত্যাদি করো, তারপর উপনয়ন-সংস্কারের সময় পাওয়া গায়ত্রী মন্ত্র ইত্যাদির জপ করো। মনে রেখো সহজে কেউ ধ্যান করতে পারে না। চিত্ত শুদ্ধ হওয়ার পরই মন ধ্যানপরায়ণ হয়, তারপর নিজে থেকেই ধ্যান হতে থাকে। সুতরাং, বর্তমানে জপের মন্ত্র উচ্চারণের উপরই মন দাও, ওটাকেই মন দিয়ে করতে থাকো, চিত্তশুদ্ধি কবে হবে ওটা নিয়ে চিন্তা করো না। “ঈশ্বরে” ইত্যাদিতে মনকে কেন্দ্রীভূত করার চেষ্টা করো না। (পৃষ্ঠা-৭৬, পত্র সংখ্যা-১৬)

১৫

শ্রীশ্রী ঠাকুরের নাম সর্বক্ষণ জপ করো : নিশ্চিত থাকো আমার সঙ্গে দেখা করার ইচ্ছে যখন তোমার তীব্রতর হবে, সেই তীব্রতর ইচ্ছেই তোমাকে আমার কাছে পৌঁছে দেবে। ততদিন পর্যন্ত শ্রীশ্রীঠাকুরের নাম মনে মনে সর্বক্ষণ জপ করতে থাকো। (পৃষ্ঠা-৭৬, পত্র সংখ্যা-১৭)

১৬

আমাদের প্রশ্নের উত্তর আমাদের ভিতরেই আছে : প্রশ্নকর্তার প্রশ্নের উত্তর প্রশ্নকর্তার মনেই যদি না থাকে তো তোমার বলা সত্ত্বেও সে কিছুই বুঝতে পারবে না। (পৃষ্ঠা-৭৭, পত্রসংখ্যা-১৭)

১৭

মন্ত্র জপের উদ্দেশ্য : মন্ত্রের জপ তুমি যে কোন অবস্থায় মনে মনে করতে পারো। মন্ত্র জপের উদ্দেশ্য এতে তোমার মন এতই শুদ্ধ হয়ে যাবে যে তুমি দেখবে কীভাবে নিজে নিজে তোমার মন প্রতিক্ষণ যেকোন কাজের মধ্যে প্রভুর নাম জপ করছে। (পৃষ্ঠা-৭৭, পত্র সংখ্যা-১৮)

১৮

প্রতিক্ষণ মনে মনে জপ করতে থাকো : দীক্ষার দিনে বলা অনুযায়ী দিনে তিনবার জপ ধ্যান করার পরও তুমি সারাদিন যে কোন কাজ করতে করতে অবিরাম জপ করার অভ্যাস করো। (পৃষ্ঠা-৭৭, পত্র সংখ্যা-১৮)

১৯

শ্রীশ্রীমায়ের নাম : শ্রীশ্রীমায়ের নাম সারদা দেবী, শারদা নয়। সারদার অর্থ ‘সার’ প্রদানকারিণী এবং শারদা শরৎকালে যাঁর পূজো হয় সেই দুর্গাদেবী। (পৃষ্ঠা-৭৮, পত্র সংখ্যা-২০)

২০

প্রত্যেক প্রাণীর মধ্যেই ঈশ্বর বুদ্ধি আছে : শ্রীরামকৃষ্ণের সেবা চালিয়ে যাওয়া, যেমন তুমি নিজের গুরুতে ঈশ্বর বুদ্ধি রাখো তেমনি

৩৯

বুদ্ধি শুদ্ধ হলে সর্বভূতে ঈশ্বর বুদ্ধি রাখবে। অথচ এরজন্য তোমায় কিছু করতে হবে না, কৰ্তা তো যে হয় সে করে। যে পর্যন্ত তুমি কর্তৃত্ববোধ রাখবে, কিছুই হবে না, কালাকালের কৰ্তা যা করবেন সেটাই হবে। (পৃষ্ঠা-৭৮, পত্র সংখ্যা-২২)

২১

পঠনীয় পুস্তক : তুমি কি শ্রীমৎ স্বামী সারদানন্দ মহারাজের লেখা ‘শ্রীরামকৃষ্ণ লীলাপ্রসঙ্গ’ বা ‘শ্রীরামকৃষ্ণ কথামৃত’ পড়েছো? শ্রীমা সারদার জীবনী পড়েছো কি? শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা, স্বামীজী মহারাজ এবং ওনার গুরুভাইদের জীবনী এবং উপদেশগুলো কয়েক বছর ক্রমাগত পড়তে থাকো। (পৃষ্ঠা-৮০, পত্র সংখ্যা-২৩)

২২

নিজের ভাব গোপন রাখা : নিজের ভাবটি অন্যের কাছে প্রকাশিত না হয়। খুব শাস্ত হয়ে থাকাই তোমার কাজ। তুমি পড়াশুনা করে এম.এ., পি.এইচ.ডি. ডিগ্রী অর্জন করে নিজেকে এই সংসারে থাকার যোগ্য করো, এটাই তোমার জন্য এখনকার মত কর্মযোগ। (পৃষ্ঠা-৮০, পত্র সংখ্যা-২৩)

২৩

নাম জপের সামর্থ্য : শ্রীশ্রীঠাকুর তোমায় ওনার নাম জপ করার অধিকারী করেছেন। উনিই তোমায় ওনার নাম জপ করার সামর্থ্যও দেবেন। ওনার উপর ভরসা রাখো। জপ করোনি, অল্প করেছো, এমনটা ভাবার জন্য যা সময় লাগছে ঐ সময়ে ওনার নাম জপ করো। (পৃষ্ঠা-৮১, পত্র সংখ্যা-২৪)

২৪

শোকগ্রস্থ ভক্তদের প্রতি : তোমার এই দুঃসময়ের দিনগুলোতে আমি এটাই বলতে চাই যে, শ্রীশ্রীঠাকুর এবং শ্রীশ্রীমায়ের কাছে প্রার্থনা করতে থাকো, সর্বক্ষণ শ্রীশ্রীঠাকুরের নাম জপ করতে থাকো। শ্রীশ্রীঠাকুরের নাম জপ করা ছাড়া আমাদের এই সংসারে বাঁচার আর অন্য কোন উপায় আমার জানা নেই। (পৃষ্ঠা-৮১, পত্র সংখ্যা-২৫)

২৫

চিত্ত শুদ্ধির ইচ্ছা : আমি তোমার মঙ্গলের জন্য শ্রীশ্রীঠাকুরকে নিরন্তর প্রার্থনা করি। তুমি নিজেই নিজেকে পরিবর্তন করতে চাও না। তুমি নিজের জীবন এইভাবেই অতিবাহিত করতে চাও যে ভাবে চলছে। যদি তুমি ইচ্ছের পরিবর্তন না করো, তবে ধরে নাও তোমার জীবন এইভাবেই চলতে থাকবে। (পৃষ্ঠা-৮২, পত্র সংখ্যা-২৬)

৪১

২৬

নিষ্কাম হও : শ্রীশ্রীঠাকুরের কাছে কেউ যদি মকোদমাতে জেতার জন্য বা এমনি কিছু কাজের জন্য যেত তো ঠাকুর দূর থেকেই দেখে বলতেন ঐ ওকে দেখ, ও আবার আসছে। আর যখন ও কাছে আসত তখন শ্রীশ্রীঠাকুর বলতেন— এটা আমার কাজ নয়। পঞ্চবটী যাও। ওখানে তোমার লোক বসে আছে। স্বামীজীও নিজের এক গুরুভাইকে চিঠিতে লিখেছিলেন—ভগবান স্বয়ং যখন সাহায্য করেন, তখন জন্মদাতার কাছ থেকেও কিছু চাইতে নেই।

আর এখন দেখো! ছেলের চাকরীর জন্য তুমি ওনাকে খোশামোদ করছ! ছেলের কর্মের কি হবে? তুমি মা হয়ে ওকে জন্ম দিয়েছো, লালন পালন করে বড় করেছো, ওর সেবাও করেছো। এখন ওর জন্য তোমার চিন্তা করার প্রয়োজন নেই, তুমি তোমার কাজ করো।
(পৃষ্ঠা-৮২, পত্র সংখ্যা-২৭)

২৭

মায়ার উপর নয়, মায়াদ্বীশের উপর নজর দাও : তুমি এটা তো জানো যে শ্রীশ্রীঠাকুর সূচের ছিদ্র দিয়ে উটকে বের করে দিতে পারেন, তারপরও চমৎকারিত্বের কথা বলছো। কিছুদিন পর যখন বুঝতে পারবে, এখানে পুরোটাই আশ্চর্য ব্যাপার হচ্ছে, তখন কিছু আর বলতে পারবে না, শুধু দেখতেই থাকবে। আশ্চর্য ঘটনাটির

উপর নয়, आश्चर्य व्यापार যিনি ঘটান তাঁর উপর নজর দাও। মাযার উপর নয় মায়াধীশের উপর নজর দাও, জাদু নয় জাদুকরের উপর নজর দাও। শ্রীশ্রীঠাকুর বলেছেন যে জাদুকরের শরণাপন্ন হয় তার উপর জাদুর প্রভাব পড়ে না। (পৃষ্ঠা-৮৩, পত্র সংখ্যা-৩০)

২৮

নাম জপের বিজ্ঞান : ঠিক আছে, ঘন্টার পর ঘন্টা প্রভুর নাম জপ করছো, ঠিক করছো আর এই সম্পর্কে আমাকে বলেও ঠিক করছো। এমন ভাবে যে তোমার ইষ্টদেবতা, শ্রীশ্রীঠাকুর তোমার হৃদয়ে বসে তোমার দ্বারা ওনার নাম জপ করাচ্ছেন, আবার সেই কথাটি আমার কাছে তোমার দ্বারা লিখেও পাঠাচ্ছেন। তুমি প্রভুর নাম ঠিকমত নিতে পারছো না, উনি যখন করাবেন, তখন ঠিক মত করতে পারবে। (পৃষ্ঠা-৮৪, পত্র সংখ্যা-৩২)

২৯

আমাদের দুরাবস্থা : তোমার পরিস্থিতির জন্য তুমি কিছুমাত্র কুণ্ঠিত। আমার তো মনে হচ্ছে পরিস্থিতির উন্নতি ঘটাবার চেয়ে পরিস্থিতি বর্ণনা করে তুমি বেশী আনন্দ পাচ্ছে। তোমার মতো মানুষ নিজের হিত চায় না বরং পরনির্ভরশীল থাকতে ভালোবাসে ও এইভাবেই জীবন কাটায়। আমাদের প্রভুর কাছে আমি তোমার জন্য প্রার্থনা ছাড়া আর কিছুই করতে পারব না। (পৃষ্ঠা-৮৫, পত্র সংখ্যা-৩২)

৪৩

৩০

প্রভুকে কৰ্তা জেনে নিজের মনকে বোঝা মুক্ত রাখো : নিজের মনকে এদিক ওদিক যেতে বাধা দেওয়ার চেষ্টা করবে, এটা কী করে সম্ভব? তুমি শুধু এইটুকু চেষ্টা করতে পারো যে প্রভুর নাম করার সময় নাম উচ্চারণের উপর তোমার মন যেন বসে আর প্রতিক্ষণ তাঁর নাম তোমার মনকে জপ করতে নিয়োজিত করে। কিন্তু সেটা তো হওয়ার নয়। কারণ তোমার মনের উপর নিজের পরিবারের বোঝা চাপিয়ে রেখেছো, যতক্ষণ না তুমি ভালোভাবে বুঝতে পারবে যে প্রভুই কৰ্তা, ততক্ষণ এই বোঝা থেকেই যাবে। তোমার পরিবারের সকলের মঙ্গল সেই প্রভুর উপরেই নির্ভর, যখন এই কথার দৃঢ় ধারণা তোমার হবে তখন তোমার মন তোমার চেষ্টা ছাড়াই প্রভুর নাম প্রতিক্ষণ নিতে থাকবে। (পৃষ্ঠা-৮৬, পত্র সংখ্যা-৩৪)

৩১

আমাদের নিষ্ঠা ও সংসঙ্গের প্রভাব : তোমার সন্তান ও স্বামীর ভবিষ্যৎ তাদের বুদ্ধির উপর নির্ভরশীল। যতক্ষণ তাদের বুদ্ধি সংসারের মধ্যে বদ্ধ ততক্ষণ সাংসারিক সুখ-দুঃখের মধ্য দিয়েই চলতে হবে, কিন্তু তবুও তোমার উপস্থিতির কারণে ওরা নিজেদের অবস্থার সাথে পরিচিত হবে, তোমার কাছ থেকে শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের জীবনের কথা শুনে, তোমার জীবনে তাঁদের উপদেশের

প্রতিফলন দেখে ওরাও আধ্যাত্মিক জীবনযাপনের জন্য উৎসাহ পাবে। নিশ্চিত থাকো। (পৃষ্ঠা-৮৭, পত্র সংখ্যা-৩৪)

৩২

পূর্ব জন্মের কর্ম অনুসারে : তোমার পূর্ব জন্মের কর্ম অনুসারে এই জীবন তুমি পেয়েছো, আবার শ্রীশ্রীঠাকুরের নাম জপ করার অধিকারও পেয়েছো। তাই এখন নিরন্তর প্রভুর নাম জপ করে যাও, চলতে ফিরতে, যে কোন কাজ করতে করতে মনে মনে ঈশ্বরের নাম জপ করার অভ্যাস করো। (পৃষ্ঠা-৮৬, পত্র সংখ্যা-৩৩)

৩৩

তীর্থ ভ্রমণকালীন অনুভব : তীর্থ ভ্রমণকালীন তুমি অনুভব করতে পেরেছো যে সব কিছুই প্রভুর দ্বারা পূর্ব নির্ধারিত, সুতরাং নিজের জীবনের প্রতিটি পদক্ষেপে এই কথাটি অনুভব করো। (পৃষ্ঠা-৮৯, পত্র সংখ্যা-৩৮)

৩৪

শ্রীশ্রী মায়ের ছবি : যেখানেই যাও শ্রীশ্রীমায়ের একটি ছবি নিজের সঙ্গে সব সময় রেখো। (পৃষ্ঠা-৯০, পত্র সংখ্যা-৪০)

৩৫

আত্ম শুদ্ধি : জীবনী পড়ো, তারপর নিজেকে দেখো, নিজের উপরে নজর দাও। এই প্রক্রিয়াই তোমাকে শুদ্ধ করবে। (পৃষ্ঠা-৯২, পত্র সংখ্যা-৪৪)

৩৬

নাম জপের দ্বারাই কল্যাণ : শ্রীশ্রীঠাকুর তাঁর নাম নেওয়ার অধিকার দিয়েছেন। যত দূর পারো দিন-রাত তাঁর নাম নিতে থাকো এবং ওটার দ্বারাই তোমাদের কল্যাণ হবে। (পৃষ্ঠা-৯২, পত্র সংখ্যা-৪৫)

৩৭

মনকে শুদ্ধ করার প্রক্রিয়া : শ্রীশ্রীঠাকুর এবং শ্রীশ্রীমাকে নিরন্তর প্রার্থনা করছি। তাঁদের জীবনী পড়তে থাকো, তারপর নিজের দৈনন্দিন আচরণের উপর নজর দাও, এই প্রক্রিয়া তোমার মনকে শুদ্ধ করবে। (পৃষ্ঠা-৯৩, পত্র সংখ্যা-৪৬)

৩৮

কখনো কারো থেকে কিছু চাইবে না : কোনো মহারাজকে প্রণাম করে কখনও কিছু চাইবে না। কখনও কারো থেকে কিছু চাইবে না। শ্রীশ্রীঠাকুর তোমাকে তাঁর নাম জপ করার অধিকারী করেছেন। তিনি এবং শ্রীশ্রীমা জানেন কখন তোমার কী প্রয়োজন। তাঁদের থেকেও

৪৬

কিছু চাইবার প্রয়োজনীয়তা নেই। ছোট বাচ্চা কি কখনও তার মায়ের থেকে কিছু চায়? (পৃষ্ঠা-৯৩, পত্র সংখ্যা-৪৭)

৩৯

আমাদের আধ্যাত্মিক অনুভূতি বা স্বপ্ন ইত্যাদি সম্পর্কে নির্দেশিকা : নিজের আধ্যাত্মিক অনুভূতি বা স্বপ্ন ইত্যাদির কথা কোনো দ্বিতীয় ব্যক্তির সঙ্গে আলোচনা করো না। তোমার পরবর্তী চিঠিতে আমাকে জিজ্ঞেস করো, আমি তোমাকে বলে দেবো কী করতে হবে। এখন এইটুকু বলে দিচ্ছি, এইরূপ করলে প্রশংসিত হবে এবং তাতে তুমি গৌরবান্বিত হবে। ফলস্বরূপ তোমার অহংকার বৃদ্ধি পাবে আর যদি কোনো কারণে তিরস্কৃত হও, তবে তোমার মন একেবারে ভেঙে পড়বে। তোমার অবস্থার কথা তোমার গুরু এবং তোমার ইস্টদেবতা ছাড়া কেউ-ই বুঝতে পারবে না। (পৃষ্ঠা-৯৪, পত্র সংখ্যা-৪৮)

৪০

মন্ত্রের অর্থ : যখন কোন শিশু তার মাকে ‘মা’ ‘মা’ বলে ডাকে সে কি তখন ‘মা’ শব্দের অর্থ বুঝে ডাকে, না তার ‘মা’ শব্দের অর্থ জানবার ইচ্ছে হয়? সে শুধু সেই ডাকের মধ্য দিয়েই তার মাকে পেতে চায়। তেমনি তোমারও মন্ত্রের অর্থ জানবার কোনো প্রয়োজন নেই। এইটুকু তো তুমি বোঝ যে ইস্টকে দর্শন করাই তোমার মন্ত্র জপের আসল উদ্দেশ্য। নিজের জপ চালিয়ে যাও। (পৃষ্ঠা-৯৪, পত্র সংখ্যা-৪৯)

৪১

ইষ্ট দর্শন : জপে মন একাগ্র হতে চায় না, কয়েক বছর পরে একটু একটু করে মন একাগ্র হতে থাকবে। তখন ইষ্ট দর্শনের জন্য ব্যাকুলতা আসবে এবং নিরন্তর জপ করতে তুমি আনন্দ অনুভব করবে। ক্রমশ তোমার মন শুদ্ধ, নির্মল হবে এবং ইষ্ট দর্শনের যোগ্য হয়ে উঠবে।
(পৃষ্ঠা-৯৪, পত্র সংখ্যা-৪৯)

৪২

নিজের কাজের উপর নজর রাখো : এইজন্য চিন্তাগুলোকে আসতে দাও, শুধু তোমার কাজ হলো তাদের উপর নজর রাখা।
(পৃষ্ঠা-৯৫, পত্র সংখ্যা-৫০)

৪৩

“শোক” মনকে শুদ্ধ করে : দুঃখ মানুষকে ঈশ্বরের সন্নিকটবর্তী করে। অথবা এইভাবে ভাবতে পার যে শোকের পরাকার্ষী হলো অশোক, আনন্দ। শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা, শ্রীশ্রীস্বামীজী এবং তাঁর অন্যান্য গুরুভাইদের জীবনী পড়ো এবং তাঁদের জীবনে দুঃখের পরিমাণকে দেখো। শ্রীশ্রীমা সহিষ্ণুতার কথায় বলেছেন সহ্য করো, সহ্য করো, সহ্য করো। শাস্ত্র বলে ‘সহনং সর্বদুঃখানাং’ সর্বদুঃখ সহ্য করা, দুঃখ ভোগ করা আর দুঃখ নিবারণের চেষ্টা না করা, একে বলে

তিতিক্ষা। এই হল তেজস্বিনী হওয়ার ইচ্ছে। শারীরিক ব্যায়াম যেমন শরীরকে শক্তিশালী করে তেমনি শোকতাপ মনকে শুদ্ধ করে।
(পৃষ্ঠা-৯৭, পত্র সংখ্যা-৫২)

৪৪

শ্রীশ্রীঠাকুরের বর দান : যাকে তুমি বলো নিজেকে দুই পাথরের
যাঁতাকলের মাঝে ভাঙা ও পিষ্ট হওয়া, আমি তো তাকে
শ্রীশ্রীঠাকুরের তোমার প্রতি বর দান বলে মনে করি। এতে সংসারের
অসারতার প্রতি তোমার জ্ঞান দৃঢ় হয়ে যাবে। কিন্তু এখনও তোমার
অনেক পথ চলা বাকি। (পৃষ্ঠা-৯৮, পত্র সংখ্যা-৫৪)

৪৫

বিধিপূর্বক জপ-ধ্যান ও মানসিক জপ : এখন দিনরাত সর্বদা মনে
মনে সকল কাজের মাঝেও যতটা সম্ভব তোমরা দুজন প্রভুর নাম
নিতে থাকো। সংখ্যা শুধু তখনই রেখো যখন আসনে বসে বিধিপূর্বক
জপ-ধ্যান ইত্যাদি করবে। মানসিক জপে সংখ্যা রাখার প্রয়োজন
নেই। মনে রেখো সংসার সম্পর্কে একদম ভেবো না, প্রভুর সম্পর্কে
চিন্তা করো। রামকৃষ্ণ মঠ থেকে প্রকাশিত পুস্তকাদির অধ্যয়ন করো।
(পৃষ্ঠা-৯৮, পত্র সংখ্যা-৫৪)

৪৬

চরাচর ব্যাপ্ত ইষ্টদেবতা : প্রভুর কাছে প্রার্থনা করো, যেন তুমি আজীবন শুদ্ধ থেকে চরাচরে ব্যাপ্ত নিজের ইষ্টদেবতাকে প্রাণাধিক জ্ঞান করে, বড়দের কথা অনুসারে জীবন চালনা করতে পারো।
(পৃষ্ঠা-৯৯, পত্র সংখ্যা-৫৬)

৪৭

স্বামী বিবেকানন্দের বিচারধারায় আলোকিত : স্বামীজির বিচারধারায় আলোকিত ও অনুপ্রাণিত ছেলেমেয়ে প্রয়োজন।
(পৃষ্ঠা-১০০, পত্র সংখ্যা-৫৭)

৪৮

নিজের শুদ্ধ মনের সঙ্গে পরিচিত হও : ‘প্রভুর নাম’ মনে মনে সর্বক্ষণ সমস্ত কাজের মধ্যে নিতে থাকো। মনে অন্য কোন কথাকে বা চিন্তাকে স্থান দিও না। এইরূপে নিজের শুদ্ধ মনের সঙ্গে পরিচিত হও। তোমার মনই শুদ্ধ চৈতন্য, যে শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের স্বরূপ। সেই শুদ্ধ চৈতন্য স্বরূপকে তুমি বলছো বুদ্ধিহীন, ঘাটতিপূর্ণ ইত্যাদি।
(পৃষ্ঠা-১০১, পত্র সংখ্যা-৫৯)

৫০

৪৯

আত্মহত্যা জীবনের সমস্যার সমাধান নয় : তুমি জীবন ত্যাগ করবার কথা লিখেছো কিন্তু এটা এত সহজ নয়, তোমার কর্ম তোমাকে বারবার সেই পরিস্থিতিতে নিয়ে আসবে, যে পরিস্থিতি তুমি বর্তমানে ভোগ করছো, যতক্ষণ পর্যন্ত তুমি তোমার পরিস্থিতির সম্মুখীন হওয়ার জন্য তৈরী, ততক্ষণ তোমাকে বারবার জন্ম নিতেই হবে। তুমি ভাবতে পারো যে আত্মহত্যা করলে তুমি ছুটি পাবে, কিন্তু আত্মহত্যার পরে তুমি যে জীবন লাভ করবে, সেই জীবনের কষ্টের সঙ্গে এই কষ্টও জুড়ে যাবে। সুতরাং আত্মহত্যা কখনও, কারোর জন্য জীবনের সমস্যাগুলোর সমাধান নয়। (পৃষ্ঠা-১০০, পত্র সংখ্যা-৫৮)

৫০

জীবনের সমস্যা দুঃস্বপ্নের মত : জীবনের সমস্যাগুলো তো দুঃস্বপ্নের মত, এর থেকে তো সেদিনই মুক্তি পাওয়া যাবে যেদিন কারো সংসারের অসারতা সম্পর্কে দৃঢ় পাক্ষা জ্ঞান লাভ হবে এবং তার মন সংসার থেকে কিছুই কামনা করবে না। (পৃষ্ঠা-১০০, পত্র সংখ্যা-৫৮)

৫১

পঠনীয় পুস্তক : স্বামী ব্রহ্মানন্দজী মহারাজের জীবনী পড়লে জানতে পারবে যে, তিনি কোনো এক সময় শ্রীশ্রীঠাকুরকে স্বয়ং বলছেন,

৫১

কিছুই ভালো লাগে না। এমন কি আপনাকেও ভালো লাগছে না, ইত্যাদি। অধ্যাত্ম জীবন সম্পর্কে বলতে গিয়ে স্বামী ব্রহ্মানন্দজী মহারাজ জোয়ার-ভাঁটার কথা বলেছেন। ওনার বইটির নাম ‘ধর্মপ্রসঙ্গে স্বামী ব্রহ্মানন্দ’, যদি পড়ে না থাকো তবে পড়ে নিও। (পৃষ্ঠা-১০৩, পত্র সংখ্যা-৬১)

৫২

সেই অক্ষর প্রেমের : তুমি অল্পশিক্ষিত মনে করে নিজেকে হয়ে কেন ভাবছ? তুমি জানো না স্বয়ং শ্রীশ্রীঠাকুর নিজেকে মূর্খোত্তম বলতেন? শিক্ষিত, অল্প শিক্ষিত এইসব নিয়ে কেন মাথা ঘামাচ্ছে। প্রভুর নাম নিতে নিতে জীবন অতিবাহিত করার সংকল্প করো, ধীরে ধীরে তোমার হৃদয়ে প্রভুর জন্য প্রেম জাগবে আর তখনই তুমি বুঝতে পারবে কেন যে প্রভু নিজেকে মূর্খোত্তম বলতেন। (পৃষ্ঠা-১০৪, পত্র সংখ্যা-৬৩)

৫৩

হৃদয়াসীন ঠাকুর থেকেই দিশা নির্দেশ : তোমার হৃদয়ে আসীন শ্রীশ্রীঠাকুরই তোমায় তোমার আধ্যাত্মিক জীবন সম্পর্কে দিশা-নির্দেশ করে দেবেন। (পৃষ্ঠা-১০৬, পত্র সংখ্যা-৬৬)

৫৪

গুরুর অভয় বাক্য : আমি আমাদের প্রভু শ্রীরামকৃষ্ণ এবং শ্রীশ্রীমাকে তোমার সাংসারিক ইচ্ছে পূরণের জন্য এবং ওনার প্রতি তোমার ভক্তি ক্রমাগত বৃদ্ধির জন্য প্রতিদিন প্রতিক্ষণ প্রার্থনা করি। তুমি নিশ্চিত হয়ে যা ইচ্ছে হয় করো। (পৃষ্ঠা-১০৬, পত্র সংখ্যা-৬৭)

৫৫

শিশুর মতো নিশ্চিন্তে থাকা : শ্রীশ্রীঠাকুর তোমাকে ওনার নাম জপ করার অধিকার দিয়েছেন, সারদা মঠে যোগ দেওয়ার জন্য যোগ্য করে তুলেছেন, বলো তো সত্যি কিনা, এটার জন্য তোমার দিক থেকে তোমায় কি কিছু করতে হয়েছে? এইভাবে নিশ্চিন্ত থেকে তোমার জীবনে শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের লীলা দেখতে থাকো যেমন একটি শিশুকে তার মা লালন-পালন করে, সময়ে সময়ে খাওয়ায়, স্নান করায়, ঘুম পাড়ায় এবং শিশুটি নিশ্চিন্ত মনে শুধু তার মায়ের মুখপানে চেয়ে থাকে এবং মৃদু মৃদু হাসে। ওনার উপর জীবনের সব কিছু ছেড়ে দাও। (পৃষ্ঠা-১০৯, পত্র সংখ্যা-৭১)

৫৬

সংকল্পকে কাজে রূপান্তরিত করা : যে ব্যক্তি কোন পাহাড়ি নদীর ঠাণ্ডা জলে স্নান করতে চায়, সে যদি ভাবতে থাকে জল ঠাণ্ডা, কীভাবে স্নান করব ইত্যাদি, সে স্নান করতে পারবে না। যে ব্যক্তি

৫৩

সত্যি সত্যি স্নান করতে চায়, সে নদীর তীরে উপস্থিত হয়েই নদীর জলে নেমে পড়বে এবং ডুব দিতে থাকবে, তারপর আর তার ঠান্ডার অনুভব হবে না। সেইরূপই নিজের সংকল্পগুলো সম্পর্কে ভেবে দেখো। যখন একবার সংকল্প করে নেবে তখন আশঙ্কা, সংশয়, সন্দেহের বন্ধনে আবদ্ধ হয়ো না। সংকল্প অনুযায়ী কাজ করে যাও। (পৃষ্ঠা-১০৯, পত্র সংখ্যা-৭২)

৫৭

পঠনীয় পুস্তক : স্বামী বিবেকানন্দ মহারাজের গ্রন্থগুলো মূল ইংরাজীতে পড়ো, শ্রীশ্রীঠাকুরের ‘শ্রীরামকৃষ্ণ কথামৃত’ পড়ো, শ্রীমায়ের উপদেশ পড়ো। প্রাচীন এবং অভিজ্ঞ সাধুদের সঙ্গে দেখা করো, ওনাদের থেকে উপদেশ গ্রহণ করো। (পৃষ্ঠা-১০৯, পত্র সংখ্যা-৭২)

৫৮

আমাদের মন চঞ্চল নয়, সচ্চিদানন্দ স্বরূপ : তুমি কি তোমার মনের সঙ্গে পরিচিত? যদি না, তবে তুমি কীভাবে বলছ যে তোমার মন চঞ্চল? তোমার মন তো তার নিজের স্বভাবের মতো স্বচ্ছ, পরিষ্কার, নির্মল, শুদ্ধ ও সচ্চিদানন্দ স্বরূপ। এটা তো তোমার ভাবনা যে তুমি মনে করো তোমার মন চঞ্চল। এখন থেকে এই ভাবনার পরিবর্তন করো, আর যদি শ্রীশ্রীঠাকুর তোমার মনকে চঞ্চল মনে করতেন তবে

৫৮

কি তোমাকে উনি ইষ্টমন্ত্র জপ করার অধিকার দিতেন। এইরূপ ধারণা মনে পোষণ করো না। শ্রীশ্রীঠাকুর সম্পর্কে চিন্তা করো, উনিই তোমাকে তোমার মনের শুদ্ধ রূপের সঙ্গে পরিচয় করাবেন।
(পৃষ্ঠা-১১০, পত্র সংখ্যা-৭৩)

৫৯

সাধনার দ্বারাই ক্রমে সব হয় : তুমি কি সাধনা করবে? শ্রীশ্রীঠাকুরের জীবনী, ‘শ্রীশ্রীরামকৃষ্ণ কথামৃত’ পড়ে দেখো, শ্রীশ্রীঠাকুর কীভাবে সাধনা করেছিলেন। সর্বক্ষণ শ্রীশ্রীঠাকুরের স্মরণ করো, আর এর দ্বারাই ওনার সাধনার ফল তুমি পাবে।
(পৃষ্ঠা-১১২, পত্র সংখ্যা-৭৫)

৬০

সর্বক্ষণ শ্রীশ্রীঠাকুরকে স্মরণ করার মহিমা : আমি বুঝতে পারছি এত দিনে তুমি বুঝে গেছ যে, এটা বলা শুধু কল্পনা মাত্র নয়। শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা তোমাকে ওনাদের কাজের জন্য চয়ন করেছেন এবং সর্বক্ষণ তোমার হাত ধরে তোমার জীবনের প্রত্যেকটা দিন অতিবাহিত করতে সাহায্য করে যাচ্ছেন। কোনো বিষয় নিয়ে চিন্তা করো না, সম্পূর্ণ ভরসা শ্রীশ্রীঠাকুর এবং শ্রীশ্রীমায়ের উপর রাখো।
(পৃষ্ঠা-১১২, পত্র সংখ্যা-৭৬)

৬১

ধ্যান ও ষড়রিপু : ধ্যান করা ও ষড়রিপুর কথা ছাড়ো। তুমি শ্রীশ্রীঠাকুরের নাম নেওয়ার অধিকার পেয়েছো, এতেই আনন্দে থাকো। একাগ্র মনে যতদূর পারো জপ করতে থাকো। সর্বক্ষণ জপ করতে থাকো, তোমার মনে জপ করার অভ্যাস হয়ে যাবে এবং এই ষড়রিপু ইত্যাদির চিন্তা থেকে মুক্ত হয়ে তোমার মন নির্মল হয়ে যাবে তারপর বিনা চেষ্টায় তোমার মন জপ করবে, এইভাবে সে ক্রমশঃ স্থির, একাগ্র হতে হতে ধ্যানস্থও হতে থাকবে। (পৃষ্ঠা-১১৩, পত্র সংখ্যা-৭৮)

৬২

অনির্বচনীয় বস্তু : তোমাকে কে বলেছে যে অধ্যাত্মতে সব শূন্য, যদি সব শূন্য হয় তবে শ্রীশ্রীঠাকুরকে কি করবে? শূন্য বলো আর পূর্ণ বলো, দুটোই মানববুদ্ধির কল্পনা বস্তু। যা আছে তা অনির্বচনীয়। যেমন শ্রীশ্রীঠাকুর বলেছেন এবং ওনার অভিজ্ঞতা থেকে বলেছেন। (পৃষ্ঠা-১১৪, পত্র সংখ্যা-৭৮)

৬৩

কর্মাণ্যেবাধিকারস্তে মা ফলেষু কদাচন : সঙ্গীত শিখছো তো শিখতে থাকো, ওটাতে তো ভুল হতেই পারে, ছেড়ে দেওয়ার কথা

কেন বলছো? এটাই তোমার দুর্বলতা, তুমি খুব শীঘ্রই সফল হতে চাও। তুমি তো জানো, শুধু কর্মেই তোমার অধিকার, তুমি শুধু কর্মই করতে পারো, বিধিপূর্বক কর্মের অনুষ্ঠান করতে পারো, কিন্তু সেই কর্মের ফলে তোমার কোন অধিকার নেই, আর এই কথাগুলো তুমি শ্রীমদ্ভগবদগীতাতে পড়েছো, ‘কর্মণ্যেবাধিকারস্তে মা ফলেষু কদাচন।’ (পৃষ্ঠা-১১৫, পত্র সংখ্যা-৮০)

৬৪

সংসার থেকে সুখের আশা : এটাই তো তোমার ভুল যে সংসারের সকলে তোমার অভিরুচি অনুযায়ী চলবে এবং এই ভুলের কারণ হলে এখনও তুমি এই সংসার থেকে সুখ ভোগের আশা রাখো। একটু শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা এবং স্বামীজী মহারাজের জীবন সম্পর্কে চিন্তা করো তো এবং আমাকে বলো সংসার থেকে ওনারা কতটুকুই বা সুখের আশা করতেন, বা কতটুকু সুখ ওনারা পেয়েছেন? (পৃষ্ঠা-১১৯, পত্র সংখ্যা-৮৬)

৬৫

কে তোমায় বোঝাবে : এইটুকু বুঝে নাও যে এই সংসারে তোমাকে বোঝার যোগ্য একটি ব্যক্তিও নেই। সে কেবল তোমার হৃদয়াভ্যন্তরে বিরাজমান শ্রীশ্রীঠাকুর এবং শ্রীশ্রীমা-ই তোমাকে বোঝেন। সুতরাং সংসার থেকে সুখের আশা করো না, এমন আশা

করো না যে কেউ তোমাকে বুঝাবে আর সেইভাবে ব্যবহার করে যাবে। এইরূপ সাধু চরিত্র ব্যক্তির জীবনে না কখনও হয়েছে, না কখনও হবে। তুমি ত্যাগের জীবন অতিবাহিত করতে চাও তো তোমাকে লোকের দুর্ব্যবহার, অপমান ইত্যাদি থেকে নির্বিকার থাকতে হবে। শ্রীমা বলতেন, বর্ণমালায় তিন ‘স’ আছে, এটার প্রয়োজন হল সহ্য করো, সহ্য করো, সহ্য করো। অর্থাৎ কারো থেকে কিছু আশা করো না, কিন্তু সাধ্যানুসারে সকলের সেবা করতে থাকো। তারপর তুমি আর উত্তেজিত হবে না। (পৃষ্ঠা-১১৯, পত্র সংখ্যা-৮৬)

৬৬

শ্রীশ্রীঠাকুর প্রদত্ত নাম জপের অধিকার দিয়েছেন সেটা প্রয়োগ করো : শ্রীশ্রীঠাকুর তোমাকে ওনার নাম জপ করার অধিকার দিয়েছেন, এটাই সবচেয়ে আনন্দের কথা। এখন তুমি এই অধিকারের প্রয়োগ করো, সর্বক্ষণ প্রভুর নাম জপ করো এবং প্রত্যেকটা কাজ ওনাকে বলে করার চেষ্টা করো। (পৃষ্ঠা-১২০, পত্র সংখ্যা-৮৭)

৬৭

সত্যপরায়ণ, সৎলোকের জীবনে কষ্ট করতে হয় : তুমি শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা, স্বামীজী মহারাজ এবং ওনাদের গুরুভাইদের জীবনী পড়োনি? ওনাদেরকে কি লোকেরা কম কষ্ট দিয়েছে? শ্রীরামচন্দ্র, সীতা-মা, কৌশল্যা, উর্মিলার জীবনে, পাণ্ডবদের,

দ্রৌপদী, কুন্তীর জীবনে কি কম কষ্ট ছিল? কিন্তু কষ্টের বোধ তাঁদের ছিল না। মা সন্তানকে গর্ভে ধারণ করে। তাঁর কষ্টও হয়, কিন্তু তাঁর কষ্টের বোধ হয় না। সন্তানের মুখ দেখবার ইচ্ছাই তাঁর সব কষ্টের নিরাময় করে দেয়। এইরূপে তোমারও শ্রীশ্রীঠাকুরকে দর্শন করার ইচ্ছে এবং সেই ইচ্ছে এই কষ্টকর পরিস্থিতির মধ্যেও তোমাকে শক্তির সঞ্চয় করে দিচ্ছে। (পৃষ্ঠা-১২২, পত্র সংখ্যা-৮৯)

৬৮

পঠনীয় পুস্তক : তোমরা ‘কথামৃত’ পড়া শুরু করেছো, খুব ভালো, কিন্তু তোমরা স্বামী বিবেকানন্দ মহারাজের কর্মযোগ, ভক্তিযোগ, রাজযোগ, জ্ঞানযোগ, প্রাচ্য ও পাশ্চাত্য, বর্তমান ভারত, পরিব্রাজক, স্বামী শিষ্য সংবাদ, ওনার আমেরিকা এবং ভারতবর্ষে দেওয়া বক্তৃতাগুলোর সংগ্রহ এবং ওনার চিঠিগুলো পড়ো। এছাড়াও তোমরা স্বামী ব্রহ্মানন্দজী মহারাজ, স্বামী তুরীয়ানন্দজী মহারাজ, স্বামী শিবানন্দজী মহারাজ, স্বামী অদ্ভুতানন্দজী মহারাজের বইগুলো পড়ো। তারপর তোমরা ‘শ্রীমৎভাগবত’ অধ্যয়ন করো। এইভাবে চলো। (পৃষ্ঠা-১২৩, পত্র সংখ্যা-৯১)

৬৯

আপনি প্রতিক্ষণ ইষ্ট দেবতার দৃষ্টিতে আছেন : এই কথা মনে রাখো যে তোমার হৃদয় মধ্যে তোমার ইষ্টদেবতা বসে দিনরাত, প্রতিক্ষণ

৫৯

তোমার প্রতিটি গতিবিধির উপর নজর রাখছেন এবং এটা বিশ্বাস করো যে ওনার সম্মতি ছাড়া তুমি কিছুই করতে পারো না। কোথাও গাড়ী করে যেতে চাইছ, কিন্তু প্রভুর যদি সম্মতি না থাকে তবে দেখবে যে রওয়ানা হওয়ার আগেই গাড়ি খারাপ হয়ে গেছে। সুতরাং যখনই সুযোগ পাও, শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের ছবির উপর নজর রাখো, অথবা মনে যদি কোনো ধরনের খারাপ চিন্তা আসে, তখন প্রভুর নাম জপ করা শুরু করে দাও। যখনই প্রভুর স্মরণ হয়, নামজপ করো, ইষ্টমন্ত্র মনে মনে জপ করো, সংখ্যা রাখার প্রয়োজন নেই। (পৃষ্ঠা-১২৪, পত্র সংখ্যা-৯২)

৭০

পরিবারের সেবা করতে করতে মনে মনে ইষ্টমন্ত্র জপ করার অভ্যাস করো : তুমি তোমার স্বামী এবং সন্তান নিয়ে কেন এত চিন্তা করছ? তোমায় তো শ্রীশ্রীঠাকুর এবং শ্রীশ্রীমায়ের উপর বিশ্বাস রাখা উচিত, ইষ্টমন্ত্র জপ করতে থাকো। তোমার স্বামী, সন্তানের সেবা করা তোমার কর্তব্য। ওটা নিয়ে চিন্তা করো না। (পৃষ্ঠা-১২৪, পত্র সংখ্যা-৯৩)

৭১

পূর্ব সংস্কার আমাদেরকে পরিচালিত করে : তোমার স্বামী সন্তান যে যার নিজের নিজের পূর্ব সংস্কার নিয়ে জন্মেছে, প্রারম্ভ কর্মের

৬০

বন্ধনে তারা আবদ্ধ, সেই সংস্কারের ধারা তারা এ জন্মে বয়ে বেড়াচ্ছে। আর সেই অনুযায়ী ব্যবহার করছে। তুমি কি করতে পারো? আধ্যাত্ম জীবন তো সবার জন্য। (পৃষ্ঠা-১২৪, পত্র সংখ্যা-৯৩)

৭২

প্রভুর উপর নির্ভর করো : আধ্যাত্ম জীবন তো সবার জন্য। সুতরাং নিজের কর্তব্য করে যাও এবং প্রভুর নাম নিতে থাকো। কারো কথা নিয়ে বিচলিত হয়ো না। তোমার স্বামী সন্তানকে ওদের মতো চলতে দাও, বাধা দিও না। ওদের কথাবার্তাগুলো নিয়ে তুমি কষ্ট পেও না। শুধু প্রভুর নাম জপ করো, ওনার উপর নির্ভর করো, উনিই একমাত্র রক্ষাকর্তা। (পৃষ্ঠা-১২৫, পত্র সংখ্যা-৯৪)

৭৩

শ্রীভগবান তোমায় রক্ষা করেন : শ্রীভগবান যেমন যুদ্ধ শুরু হওয়ার আগেই অর্জুনকে গীতার উপদেশ দেন এবং ওনার সারথী রূপে ওনাকে রক্ষা ও চালনা করে বিজয়ী করেছিলেন, ঠিক তেমনি করে নিজের সম্বন্ধেও ভাববে। মাতৃগর্ভাবস্থাতেই তুমি শ্রীশ্রীভগবানের অমৃতময় বাণী শুনতে পেয়েছিলে, জন্মলগ্ন থেকে ঈশ্বর তোমার জীবন রথের সূত্র নিজের হাতে চালনা করে সদা সর্বদা তোমায় রক্ষা করেছেন। এই রথের অর্থ হল তোমার ইচ্ছাশক্তি। এটা ভেবে

৬১

দেখবে, ঈশ্বর বুঝেছিলেন তোমার দীক্ষা নেওয়ার তীব্র ইচ্ছা হয়েছে, তাই তার ফল স্বরূপ তুমি স্বামী গহনানন্দকে পেলে। এখন শুধু এই অনুভব করতে হবে যে প্রভুই তোমার মনোরথকে পরিচালনা করে তোমাকে রক্ষা করছেন। সংসারে যদি সমস্যা না থাকত, তাহলে মানুষ ঈশ্বরমুখী কখনই হতো না। সংসারে সুখ দুঃখ ক্রমান্বয়ে আসে, জ্ঞানী তার জ্ঞানের অসিতে তাকে কেটে কেটে চলে কিন্তু মুখ কেবল কেঁদে ভাসায়। (পৃষ্ঠা-১২৫, পত্র সংখ্যা-৯৪)

৭৪

পরের বাড়ি থেকে নিজের বাড়িতে আসা : নদীতে যে নেমেছে তার সাঁতার শেখার প্রয়োজন হয় না। তুমি মানসিকভাবে নিজেকে শ্রীশ্রীঠাকুর এবং শ্রীশ্রীমায়ের কাছে সম্পূর্ণ করে দিয়েছো, তুমি ওনাদের সম্পূর্ণ হয়ে গেছো। শুধু এখন এই কথাটির বিশ্বাস ও বোধগম্য হতে তোমার একটু বাকি আছে। বিবাহের পর মেয়েরা পরের বাড়িতে কত অল্প সময়ে তাদের সমস্ত কিছু আপন করে নিতে পারে, আর এখানে তো তুমি পরের বাড়ি থেকে নিজের বাড়ি এসে গেছো। (পৃষ্ঠা-১২৮, পত্র সংখ্যা-৯৭)

৭৫

মনে মনে ইস্ট নাম জপ : যখনই প্রভুর কথা মনে আসবে, শ্রীশ্রীঠাকুর শ্রীশ্রী মায়ের ছবির দিকে দেখে তখনই ইস্টনাম জপ শুরু

৬২

করবে, সংখ্যা রাখার প্রয়োজন নেই। এইভাবে তোমার মন দিন দিন শুদ্ধ হয়ে তোমার আধ্যাত্মিক পথে এগিয়ে যেতে সাহায্য করবে।
(পৃষ্ঠা-১২৯, পত্র সংখ্যা-৯৯)

৭৬

প্রভুই আমাদের একমাত্র ভরসা : উপাসনা পদ্ধতির নিয়ম অনুযায়ী নিশ্চয় তুমি জপধ্যান করে যাচ্ছে, এছাড়াও অন্য সময়ে মনে মনে অবিরাম ইস্টমেন্টের জপ করার অভ্যাস করো। সঙ্গে সঙ্গে এটাও নজর রাখো কীভাবে তোমার মন জপ করা ছেড়ে অন্য চিন্তায় ব্যস্ত হয়ে পড়ে, কিন্তু তাকে বাধা দিও না, সে যা চায় ভাবতে দাও, শুধু নজর রাখো—যে সে কী ধরনের চিন্তাভাবনা করছে, তারপর দেখো সে কীভাবে জপ করতে বসে পড়বে, মুহূর্তের জন্য সে বিপথে যাবে, কিন্তু পরমুহূর্তেই সে ফিরে এসে জপে বসে পড়বে। এইভাবে তুমি মনের স্বভাবের সঙ্গে পরিচিত হতে থাকবে। একবার যখন মনের ভালো দিক এবং মন্দ দিক বুঝতে পারবে, তখন তোমার কামনা, বাসনা, ইচ্ছা, আকঙ্ক্ষা— সব কিছু তোমার কাছে পরিষ্কার হয়ে যাবে। কিন্তু এটাও বুঝতে পারবে কী কী জিনিসের উপর তোমার ঘৃণা, কোন্ কোন্ কথায় তুমি রাগ করো, কিসে খুশি হও, কোন্ কথায় তুমি দুর্বল হয়ে পড়ো। একবার যদি নিজের দুর্বলতার কথা ভালোভাবে বুঝতে পার, তবে এই দুনিয়ায় কেউ তোমার শোষণ করতে পারবে না, কেউ তোমায় দুর্ব্যবহার করতে পারবে না, এমন

কি তোমার দুর্বলতার সুযোগ নিয়ে তোমাকে দিয়ে কোনো খারাপ কাজও করতে পারবে না। তোমার পরীক্ষার পর আমার কথা অনুযায়ী চলো এবং এক মাস পর পুনরায় আমায় লেখো, এই চিঠির একটি ফটোকপি সঙ্গে পাঠাও। কিন্তু এটাকে তোমার মা বাবা ছাড়া কাউকে পড়তে দিও না। আমি তোমার জন্য নিরন্তর প্রভুকে প্রার্থনা করি। (পৃষ্ঠা-১৩০, পত্র সংখ্যা-১০০)

৭৭

প্রভুই আমাদের জীবনের অবলম্বন : তোমার মন দিন দিন কেন ক্ষুব্ধ হচ্ছে? তুমি বুঝতে পারো না কেন যে শ্রীশ্রীঠাকুর তোমার মনকে সম্পূর্ণভাবে দখল করে নিয়েছেন, তাই তুমি তাঁরই যন্ত্র হয়ে তোমার সকল কাজ কর্ম করে চলেছো। যন্ত্রের কাজ তো গোলামের মতো হয়ে থাকে। তার কী নিজস্ব কোন মন আছে যে সে তার কর্মের সাথে জড়িত হবে? যন্ত্রের মতোই সব কাজ তোমায় করে যেতে হবে, আর তাই তুমি করে যাচ্ছে, এরজন্য ক্ষোভ করার কী আছে? প্রভুই তোমার একমাত্র অবলম্বন। তাই তাঁকেই দিবারাত্র প্রার্থনা করো, যাতে তুমি তোমার সন্তানদের সুশিক্ষিত করে তাদেরকে নিজেদের পায়ে দাঁড়াতে সাহায্য করতে পারো। ওনার উপর ভরসা রাখো। (পৃষ্ঠা-১৩০, পত্র সংখ্যা-১০০)

৭৮

শ্রীশ্রীঠাকুর ও মায়ের সঙ্গে সম্পর্ক স্থাপন : আমাদের প্রভুর সঙ্গে, জননী সারদাদেবীর সঙ্গে ওনাদেরকেই নিজের জীবনের অবলম্বন বানিয়ে চলো, এটাই আমার ওনাদের নিকট প্রার্থনা। (পৃষ্ঠা-১৩০, পত্র সংখ্যা-১০১)

৭৯

শ্রীশ্রীঠাকুরের জন্ম থেকেই সত্যযুগের সুচনা : শ্রীশ্রীঠাকুরের জীবনের আরও অধ্যয়ন করলে তুমি বুঝতে পারবে যে স্বামী বিবেকানন্দ মহারাজ বলেছিলেন যে, যেদিন ওনার জন্ম হয়েছে সেদিন থেকে সত্যযুগ শুরু হয়েছে। এটার অর্থ হল যে, আমাদের শাস্ত্রে সত্যযুগের মানুষের যে চিত্র দেখা যায় শ্রীশ্রীরামকৃষ্ণদেবের চরিত্রও ঠিক তেমনই ছিল, আর যেমন তুমি Camera থেকে যখন কোন ছবি তোলা, তখন Negative একটাই হয়, কিন্তু Prints হাজারটা তৈরী করা যেতে পারে। ঠিক সেইভাবে শ্রীশ্রীঠাকুরের যখন আবির্ভাব হল তখন তোমার, আমার, জগৎ-ব্রহ্মাণ্ডের প্রত্যেক ব্যক্তিই যেন তার শুদ্ধতম সত্তার সঙ্গে সাক্ষাৎকার পেল, যাকে ব্রহ্মকুণ্ডলিনীর জাগরণ বলা হয়ে থাকে। (পৃষ্ঠা-১৩১, পত্র সংখ্যা-১০২)

৬৫

৮০

স্বামী বিবেকানন্দের বাণীর মহিমা : সেইরূপে শ্রীশ্রীঠাকুরের শিষ্য স্বামীজী ছিলেন। এইরূপ মানুষদের বাণীকেই শাস্ত্র বলা হয়েছে, ওনাদের সবকটি উচ্চারণ আমাদের মত অল্পবুদ্ধি মানুষদের জন্য অনুকরণীয়, আমাদের মঙ্গলের জন্য, সত্যযুগের সঙ্গে যুক্ত হওয়ার পথে এগিয়ে যাওয়ার জন্য। (পৃষ্ঠা-১৩১, পত্র সংখ্যা-১০২)

৮১

ইষ্ট নাম জপের আনন্দ : খুব মন দিয়ে পড়াশুনা করবে, সাথে প্রভুর নাম করতে যেমন নির্দেশ দিয়েছি তাও মন দিয়ে করবে। তাছাড়া যখনই প্রভুর কথা মনে আসবে, শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের ছবির দিকে দেখে মনে মনে তখনই ইষ্টনাম জপতে শুরু করবে, সংখ্যা রাখার প্রয়োজন নেই। মন যদি কখনও এদিক ওদিক যায় তখনি মনে মনে ইষ্টনাম জপতে শুরু করে দেবে। এইভাবে তোমার মন দিন দিন শুদ্ধ হয়ে তোমায় আধ্যাত্মিক পথে এগিয়ে যেতে সাহায্য করবে। (পৃষ্ঠা-১২৯, পত্র সংখ্যা-৯৯)

৮২

যতটুকু করতে পার করো : আমি এটা জেনে খুব আনন্দিত যে তুমি ইষ্টদেবতার নাম নিরন্তর জপ করতে পারছ। তুমি যে দুটো প্রশ্ন করেছ

৬৬

এটার সম্পর্কে আমি এটুকু বলতে পারি যে ‘উপাসনা পদ্ধতি’ পুস্তকে লেখা নির্দেশগুলো পড়ার পর সেইরকম যতটুকু করতে পার করো।
(পৃষ্ঠা-১৩২, পত্র সংখ্যা-১০৩)

৮৩

অনিত্য অসার সংসার : তোমার জীবনই তোমাকে শিখিয়ে দিচ্ছে যে এই সংসার অনিত্য ও অসার। যখন তুমি পুরোপুরি বুঝতে পারবে যে এটা থেকে নিষ্কৃতি পাওয়া সম্ভব নয়, তখনই তুমি শ্রীভগবান, শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের উপর সম্পূর্ণ ভরসা করতে পারবে। যতক্ষণ পর্যন্ত তুমি এই সংসার থেকে সুখের আশা করবে ততক্ষণ পর্যন্ত না সুখ পাবে, না ভগবান। (পৃষ্ঠা-১৩৩, পত্র সংখ্যা-১০৪)

৮৪

তোমার হৃদয়ে শ্রীশ্রীঠাকুরের পূর্ণ অধিকার রয়েছে : তোমার সম্পর্কে তুমি কিছুই জানো না, তাও তুমি নিজেকে ‘সংসারী’ ইত্যাদি বলছ, এমন বলো না। যতদূর পারো ‘উপাসনা-পদ্ধতি’ অনুসারে ধ্যান-জপ করতে থাকো। ধ্যান হতে অনেক সময় লাগবে। তার জন্য সর্বক্ষণ ইষ্টমন্ত্র জপ করা খুবই আবশ্যিক। (পৃষ্ঠা-১৩৫, পত্র সংখ্যা-১০৭)

৮৫

ত্যাগ ও সেবার আদর্শ : কোনো কথাকে নিয়ে কষ্ট পাওয়ার দরকার নেই। শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা, স্বামীজী মহারাজ যেমন আশ্রমের মন্দিরে বিরাজিত তেমনই ওনারা পূর্ণ অধিকারে তোমার হৃদয়ে

৬৭

বিরাজমান হয়ে আছে, এটাকেই দৃঢ় ভাবে বিশ্বাস করো। এই কথার সত্যতাকে গভীরভাবে বোঝাই সাধুর সাধুতা, আর এই সত্যের গভীরে যত ডুবতে পারবে ততই তোমার চরিত্রে বুদ্ধির প্রকাশ হবে, যার ফলস্বরূপ শ্রীশ্রীঠাকুরের হাতে তুমি একটি যন্ত্র সমান হয়ে দাঁড়াবে।

আমি শ্রীশ্রীঠাকুরের নিকট প্রার্থনা করি যেন উনি তোমাকে এটার জন্য যোগ্য করে তোলেন। (পৃষ্ঠা-১৩৫, পত্র সংখ্যা-১০৭)

৮৬

নিজের শুদ্ধ মনকে উপলব্ধি করো : শুধু এটা আছে— কোন কিছু আদর্শ বা কারো সেবার জন্য তুমি তোমার জীবনকে ত্যাগ করতে পার যেমন শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা, আমাদের স্বামীজী মহারাজ, ভগবান শ্রীকৃষ্ণ, জগন্মাতা সীতা, গৌতম বুদ্ধ করেছিলেন। বর্তমানে নিজের জীবনকে শুধু লেখাপড়া করে পূর্ণ করে তোলো। অন্য পথে যাওয়া এখন ঠিক হবে না, পড়াশুনোর পর বিবাহ সংস্কারকে যদি প্রয়োজন মনে করো তো সেটাকেও ত্যাগ ও সেবার জীবন মনে করবে। জীবনকে নিয়ে এত গবেষণা করো না, জীবন অমূল্য তাকে অবহেলা করো না। (পৃষ্ঠা-১৩৬, পত্র সংখ্যা-১০৮)

৮৭

জপ নিত্যকর্মের ন্যায় করো : প্রভুর নাম সর্বক্ষণ জপ করতে থাকো। মনে অন্য কথাকে স্থান দিও না। এইভাবে তোমার শুদ্ধ মনের সঙ্গে পরিচিত হও। তোমার মনই শুদ্ধ চৈতন্য, যা কিনা শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের স্বরূপ, সেই শুদ্ধচৈতন্যস্বরূপকে তুমি বলছো বুদ্ধিহীন, দুর্বল ইত্যাদি। কিছুই বোঝ না শুধু লিখতে থাকো। ঠিক আছে, চিঠি অবশ্যই লেখো কিন্তু প্রভুর নাম জপ-ধ্যান-উপাসনা করবে, তা ছাড়া অন্য সময়ে কাজের মাঝে অবিরাম জপ করবে, তখন সংখ্যা রাখার প্রয়োজন নেই। যখনই প্রভুর কথা মনে পড়ে ওনার নাম জপ করতে থাকো। (পৃষ্ঠা-১৩৭, পত্র সংখ্যা-১০৯)

৮৮

ধ্যানে শ্রীশ্রীঠাকুরের দর্শন : দীক্ষার দিনে পাওয়া ‘উপাসনা পদ্ধতি’-র বই অনুযায়ী জপ-ধ্যানের প্রক্রিয়া করতে থাকো, খামখেয়ালী ভাবে করো না। কয়েক বছর মন দিয়ে জপ-ধ্যান করতে থাকো। ধ্যান করা হয় না, ধ্যান নিজে থেকে হয়ে যায়। মন থেকে যখন সাংসারিক সুখ বা বাসনাগুলো হ্রাস পাবে তখন মন নির্মল হতে থাকবে এবং ঐ সময় ধ্যানে শ্রীশ্রীঠাকুরের দর্শনও হতে পারে। আঙ্গাচক্রের উপর মনকে স্থির করার চেষ্টা নিষ্ফল। এটা তোমার শারীরিক চেষ্টার কথা নয়। বহুকাল পর্যন্ত প্রভুর কৃপার উপর

৬৯

একান্তরূপে নির্ভর থেকে সর্বক্ষণ দিন-রাত প্রভুর নাম জপ করতে থাকো। অনন্ত ধৈর্যের সঙ্গে জপ করো। ‘উপাসনা পদ্ধতি’তে নির্দেশিত নিয়মগুলো পালন করার পর অন্য সময়ও মনে মনে জপ করতে থাকো। প্রভুর কাছে প্রার্থনা করার প্রয়োজন নেই, উনি সর্বান্তর্যামী। যদি বেশি ব্যাকুল হও তবে প্রার্থনা করো। দিন-রাত জপ করতে থাকো। (পৃষ্ঠা-১৩৯, পত্র সংখ্যা-১১২)

৮৯

শ্রীশ্রীঠাকুর ও শ্রীশ্রীমা আমাদের আদর্শ : সংসারে থেকে শ্রীরামকৃষ্ণদেব, শ্রীশ্রীমা সারদাদেবীকে আদর্শস্বরূপ মনে চলাতেই আমাদের সকলের মঙ্গল। (পৃষ্ঠা-১৪০, পত্র সংখ্যা-১১৪)

৯০

তন্ত্র-মন্ত্র সবই আমাদের প্রভু আছেন : নিজের ইস্টদেবতারই মন্ত্র নিরন্তর মন দিয়ে সর্বক্ষণ জপ করতে থাকো, এবং তাঁর উপর নির্ভর করে থাকো। এমনিও তিনি তোমার প্রত্যেকটি মনোবাঞ্ছা অবশ্যই পূর্ণ করবেন কিন্তু যদি তুমি অত্যাধিক ব্যাকুল হও তবে তুমি ওনার কাছে প্রার্থনা করতে পারো। মন্দিরে কালীমাতার পূজা করছো বেশ, কিন্তু ওনাকেও নিজের ইস্টদেবতাই মনে করো, তিনি অভিন্ন। আমাদের জন্য তন্ত্র মন্ত্র সব আমাদের প্রভুই আছেন। (পৃষ্ঠা-১৪১, পত্র সংখ্যা-১১৫)

৯১

মন নির্মল কখন হবে : ‘উপাসনা পদ্ধতি’ অনুযায়ী জপ-ধ্যানাঙ্গি যতদূর পার করতে থাকো। জপ-ধ্যান খুব উৎসাহের সঙ্গে নিঃসন্দেহে করো যখন তোমার মন ক্রমশঃ জপ করতে সহজে একাগ্র হবে তখন ক্রমে মন পবিত্র ও নির্মল হয়ে উঠবে। রামকৃষ্ণ-বিবেকানন্দ সাহিত্য যতদূর পার পড়তে থাকো।

আমি তোমার জন্য প্রভুর কাছে প্রার্থনা করি। নিজের মস্ত্রে ‘নমঃ’ নিজের মনে জুড়ে দিও না। (পৃষ্ঠা-১৪২, পত্র সংখ্যা-১১৭)

৯২

অধ্যয়নই ছাত্রদের সর্বোত্তম সাধনা : চূড়ান্ত পরীক্ষার জন্য এখন থেকে তৈরী হয়। ছাত্রের জন্য অধ্যয়নই সর্বোত্তম সাধনা। (পৃষ্ঠা-১৪৩, পত্র সংখ্যা-১২০)

৯৩

ঘনঘোর অন্ধকারের পর ভোরের আলো ফোটে : সংসারের স্বরূপ ভাল করে বুঝে নাও। এর অর্থ হল যে তোমার নিজের মনের স্বরূপ এবং তোমার সংস্কারের সঙ্গে ভালোভাবে পরিচিত হওয়া। শান্ত থাকো এবং নিজের মনের বৃত্তিগুলোকে অবলোকন করতে থাকো। যখন রাতের অন্ধকার গভীর বলে মনে হয় তখন ভোরের আলো

ফোটার প্রস্তুতিও শুরু হয়ে যায়, এটাই মনে করো। আমি তোমার ভালোর জন্য শ্রীশ্রীঠাকুরের কাছে প্রার্থনা করি। (পৃষ্ঠা-১৪৪, পত্র সংখ্যা-১২১)

৯৪

মন্ত্রের জপ কি ভাবে করবে? : মন্ত্রের জপ যান্ত্রিক করো না। এই রকম করলে মনে একটা অভিমান উৎপন্ন হয়। জপ এইভাবে করতে হয় যেমন কোন মা তার হারিয়ে যাওয়া সন্তানের চিন্তায় দিনরাত কান্নাকাটি করে। জপ করার উদ্দেশ্য তাই। আর ওটা তখনই সম্ভব যখন তোমার মন এই জগতের জঞ্জাল থেকে সরে শুদ্ধ পবিত্র হয়ে উঠবে। বর্তমানে আঙ্গুল (কর) দিয়ে জপ করো। জপের উদ্দেশ্য হচ্ছে মনকে নির্মল, পবিত্র করা, সুতরাং জপে প্রত্যেকটি বর্ণের উচ্চারণে শরীর, মন, বুদ্ধি ইত্যাদি তোমার সত্তার প্রত্যেকটি অঙ্গকে যতদূর সম্ভব উপভোগ করতে হবে। যেমন কাপড়ে রং করার সময় দেখতে হয় কাপড়ের প্রত্যেক ভাগে রং হয়েছে কিনা, সেইরূপ জপ করার সময় তোমার পুরো সত্তাকে লাগিয়ে দাও যেন সে ওটাতেই রঙিন হয়ে যায়।

যেমন চিত্র দেখতে চাইছ দেখে নাও। যতক্ষণ না মন ভরে যায়। তারপর আর চিত্র দেখতে ইচ্ছা হবে না। (পৃষ্ঠা-১৪৬, পত্র সংখ্যা-১২৪)

৯৫

ঈশ্বর নির্ভর : শ্রীশ্রীঠাকুরের কৃপা তো তোমার উপর আছে, তাই একদিন আগে বুঝতে পেরেছো যে পরদিন গুরুপূর্ণিমা। তুমি শ্রীশ্রীঠাকুরের পরীক্ষা নিয়েছো এবং উনি পরীক্ষায় উত্তীর্ণও হয়ে গেছেন। তুমি ওনার উপর নির্ভরতা বাড়াও, ওনাকে নির্ভর করে সব কাজ করো, দেখবে উনিও তোমাকে কখনও কোন কাজে fail করাবেন না। (পৃষ্ঠা-১৪৭, পত্র সংখ্যা-১২৫)

৯৬

অবিরাম সাধনা : শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের অশেষ মহিমা তোমার উপর আছে। তুমি ওনাদের খুবই প্রিয়, খুবই স্নেহের, ওনাদের কৃপার দ্বারা তোমার তা অনুভব হচ্ছে। রেলগাড়ি কোন একটি স্টেশনে দাঁড়িয়ে আছে এবং পাশে কোন মেলা হচ্ছে এবং তুমি সেই মেলা দেখার জন্য যদি রেলগাড়ি থেকে নেমে পড়ো তো তোমার এগিয়ে যাওয়া আর হবে না। কিন্তু তুমি আমাকে মনে মনে বলতে পারো আমি বুঝে নেব। কখনও কখনও লিখেও জানাতে পারো। না লেখাই ভালো কারণ মেলা ছেড়ে গাড়িতে বসে থাকো ব্যক্তি যে এগিয়ে যাচ্ছে সে যদি মেলা সম্পর্কে চিন্তা করতে থাকে, তবে তো সে এগিয়ে যাবে নিশ্চয়, কিন্তু তার মন প্রাণ মেলাতেই আটকে থাকবে। এগিয়ে যাওয়ার বোধ তার হবে না। (পৃষ্ঠা-১৪৭, পত্র সংখ্যা-১২৬)

৯৭

অটুট ভক্তির জন্য সংসারের অনুভূতি থেকে নিজের মনকে খালি করতে হবে : তুমি শ্রীশ্রীঠাকুরের চরণে অটুট ভক্তির জন্য প্রার্থনা করেছো, কিন্তু মা, প্রথমে সংসারের অভিজ্ঞতা না নিলে তা কি করে সম্ভব হবে? শ্রীশ্রীঠাকুরের নাম (নিজের ইষ্টমন্ত্র) প্রতিদিন করবে, তা ছাড়া যখনই সময় পাবে সর্বক্ষণ ইষ্টমন্ত্র জপ করবে। এইরকম জপে সংখ্যা রাখার প্রয়োজন নেই। সঙ্গে সঙ্গে প্রভুর কাছে প্রার্থনা করো যেন উনি তোমাকে সমস্ত রকম সাংসারিক বন্ধন থেকে মুক্ত করেন। ব্যাকুল হয়ে যা কিছু তুমি ওনার কাছে প্রার্থনা করবে তা পূর্ণ হবে, নিশ্চিত থাকো। (পৃষ্ঠা-১৪৯, পত্র সংখ্যা-১২৮)

৯৮

সম্বোধন পরম্পরা : আমাদের রামকৃষ্ণ মঠের সাধু এবং ভক্ত সকলে শ্রীশ্রীঠাকুর অর্থাৎ ভগবান শ্রীরামকৃষ্ণদেবকে গুরুমহারাজ বলে থাকেন। স্বামী বিবেকানন্দসহ সকলে ওনাকে ‘গুরুমহারাজ’ বলেন। শ্রীশ্রীমা ওনাকে ‘ঠাকুর’ বলতেন, শ্রীশ্রীমায়ের কথা অনুসারে আমরা ওনাকে শ্রীশ্রীঠাকুরও বলি। (পৃষ্ঠা-১৪৯, পত্র সংখ্যা-১২৯)

৯৯

ধৈর্যশীল হও : ধৈর্যশীল হও, প্রভুর উপর নির্ভর করো, সর্বক্ষণ ওনার নাম নিতে থাকো, যা চাইছ সব পেয়ে যাবে। (পৃষ্ঠা-১৫০, পত্র সংখ্যা-১৩০)

১০০

অনুভূতি : ৫ বছরের একটি শিশুর কাছ থেকে তুমি কি আশা করতে পার? তার মা তার জন্য সব কিছু করে দিচ্ছেন, তাকে স্নান করানো, খাওয়ানো, ঘুমপাড়ানো, লেখাপড়া করানো, তার কাপড় কাচা, সে অসুস্থ হলে চিকিৎসা হওয়া, তাকে তার মা এক মুহূর্তের জন্যও নজরের বাইরে যেতে দেন না, শিশুটি যখন স্কুলে বা অন্য কোথাও যায় তিনি সর্বক্ষণ তার ফেরার অপেক্ষায় থাকেন, এইসব তুমি জানো। কিন্তু দেখ, সেই শিশুটির কি কোনো অনুভব আছে না সে কোনো কিছু অনুভব করতে পারে যে তার মা তার জন্য কি করছেন, তার কি তার মায়ের প্রতি কোন শ্রদ্ধা, ভক্তি বা মায়ের মমতা কি হয় সে সম্পর্কে জ্ঞান আছে? কোন কিছু সম্পর্কে তার জ্ঞান নেই, সে তো এটাও জানে না তার মায়ের অনুপস্থিতিতে তার এই জগতে বেঁচে থাকা খুবই কষ্টকর হতে পারে। সেইরূপ শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের সাথে আমাদের সম্পর্ক, কারণ আমরা ওনাদের সন্তান। আমাদের মনে ওনাদের প্রতি শ্রদ্ধা, ভক্তির ঠিক এইরূপ প্রকাশ যেরূপ শিশুটির তার

মায়ের প্রতি। কিন্তু তার মায়ের প্রতি, কিন্তু তার মায়ের সঙ্গে তার সম্পর্ক কেউ অস্বীকার করতে পারে? কেউ কি বলতে পারে ওদের দুজনের সত্তা একই সত্তা নয়? ঠিক তেমনই তুমিও শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের সঙ্গে অভিন্ন, বর্তমানে ওনাদের সেবা গ্রহণ করতে থাকো। তারপর সঠিক সময়ে তুমিও মা হয়ে উঠবে। (পৃষ্ঠা-১৫৪, পত্র সংখ্যা-১৩৬)

১০১

কর্মের প্রতি অনাসক্তি : শ্রীশ্রীঠাকুরের উপর আশ্রয় করার পরও কেন এত নিরাশ হচ্ছেো? মা, এই সংসার থেকে সুখের আশা করো না। কর্মকে কর্তব্য মনে করে করো। কারণ “কর্মণ্যেবাধিকারস্তে-কর্মে অধিকার।” মা ফলেযুকদাচন” কর্মের ফলে তোমার অধিকার নেই। অর্থাৎ কর্মে তোমার অধিকার তার ফলে নয়। শ্রীভগবান অর্জুনকে কী বলেছিলেন? প্রভু যিনি তোমার অন্তরাত্মায় বিরাজিত তিনিই তোমাকে তোমার ইচ্ছা অনুযায়ী কর্ম প্রদান করেছেন। যতক্ষণ পর্যন্ত তুমি এই কর্ম সম্পন্ন না করছ ততক্ষণ পর্যন্ত এই সংসার যে অসার তা তোমার বুদ্ধি অনুভব করতে পারছে না। এই ধারণা যতক্ষণ না দৃঢ় হবে ততক্ষণ তুমি ভগবানের দিকে এগিয়ে যেতে পারবে না। সংসারের এই বামেলা থেকে তুমি বুঝতে পারছ যে এই সংসার মায়াজাল, তার কোন অস্তিত্ব নেই। প্রভুর কাছে নিরন্তর প্রার্থনা করো, সর্বক্ষণ মনে মনে তাঁর নাম নিতে থাকো। (পৃষ্ঠা-১৫৫, পত্র

সংখ্যা-১৩৭)

১০২

সর্বভূতে ঈশ্বর দর্শন : যাদের তুমি কীটপতঙ্গ ভাবছ এরা সবাই বস্তুতঃ শ্রীনারায়ণের স্বরূপ। স্বামীজির বাণী নিশ্চয় তোমার মনে আছে— প্রত্যেক আত্মা মূলতঃ দিব্য, এটাকেই তোমার তপস্যা মনে করো। তোমার জন্মই হয়েছে এই তপস্যা করার জন্য। আমার লেখা আগের চিঠিগুলো পড়ো, সর্বক্ষণ প্রভুর নাম নিতে থাকো। কারো থেকে কিছু প্রত্যাশা করো না। প্রত্যেকটি ব্যক্তির সেবা করতে থাকো, যেমন করে যাচ্ছে, মনকে আনন্দে রাখো এবং এই বিশ্বাস করো যে প্রভুর কৃপায় তুমি ওনার নাম নেওয়ার অধিকারী হয়েছ এবং লোকের সেবা করার অধিকার পেয়েছো। এইগুলো কি কম কথা?
(পৃষ্ঠা-১৫৬, পত্র সংখ্যা-১৩৮)

১০৩

আধ্যাত্মিক সম্পদ চর্চার বিষয় নয় : শ্রীশ্রীঠাকুর ছাড়া তোমার পথ দেখানোর কেউ নেই। আমিও নেই। সুতরাং শ্রীশ্রীঠাকুরের কৃপায় তোমার অন্তরাত্মা যে সমস্ত দর্শন, স্বপ্ন ইত্যাদি দেখে, সেইগুলো নিজের মধ্যে সীমিত রাখ, অন্য কারো সঙ্গে আলোচনা করতে যেও না, কারণ যে দর্শন ইত্যাদি তোমার হয়, শ্রীশ্রীঠাকুরের কৃপাতেই হয়।
(পৃষ্ঠা-১৫৬, পত্র সংখ্যা-১৩৯)

১০৪

শ্রীশ্রীঠাকুর শ্রীশ্রীমা আমাদের অবলম্বন : শ্রীমদ্ভাগবত পুরাণে কুন্তীর শ্রীকৃষ্ণের প্রতি স্তুতিতে শ্রীকৃষ্ণকে তিনি ‘অকিঞ্চনমিত্রায়’ বলছেন, অর্থাৎ ভগবান অকিঞ্চনদের মিত্র। তুমি লিখেছো যে, “মহারাজ আমার কোন ধরনের অবলম্বন নেই।” —তুমি শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমাকেই নিজের একমাত্র অবলম্বন মনে করো, ওনারাই শুধু অকিঞ্চনদের প্রকৃত মিত্র। (পৃষ্ঠা-১৫৭, পত্র সংখ্যা-১৪০)

১০৫

পড়াশুনা করার অদ্বিতীয় পদ্ধতি : পূজ্যপাদ স্বামী শিবানন্দ মহারাজ (মহাপুরুষ মহারাজ) একটি পত্রে লিখেছিলেন, শ্রীশ্রী চণ্ডী যখন পাঠ করো তখন মা দুর্গাকে বসবার জন্য একটি আসন প্রদান করো এবং তারপর মাকে বলো, মা এই আসনে বসো, এবং আমি এখন শ্রীশ্রী চণ্ডী পাঠ করব, তুমি শোন।

একটি শ্লোক পড়ো এবং দেখো মা শুনছেন কিনা। ওনাকে জিজ্ঞেস করো। যদি মা শুনে না থাকেন তবে আবারও শোনাও। দেখ কন্যা, তুমিও ঠিক এইভাবে পড়াশুনা করো, তোমার পড়া সারদা মাকে বসিয়ে শোনাও। আর যদি ভুলেও যাও তবে মা তোমাকে মনে করিয়ে দেবেন। (পৃষ্ঠা-১৫৮, পত্র সংখ্যা-১৪১)

১০৬

জীবনে ধারণযোগ্য হলো প্রভুর নাম : তোমার মনে আসীন শ্রীশ্রীঠাকুরের কথা শোনার অভ্যাস করো এবং সেই অনুযায়ী কাজ করতে থাকো। মনকে একেবারে প্রভুর চরণে সমর্পণ করে দাও। শ্রীশ্রীঠাকুরের কাছে সবকিছু সমর্পণ করো, দেখবে ধীরে ধীরে সংসারের জ্বালা থেকে মুক্তি পাবে। প্রভুর নামকে শুধু অবলম্বন করে জীবনধারণ করো। (পৃষ্ঠা-১৬০, পত্র সংখ্যা-১৪৩)

১০৭

নিজের মনকে বাসনামুক্ত করো : ভগবান শ্রীকৃষ্ণ চৈতন্যদেব প্রতিদিন নিজের ইস্টমন্ড্র আড়াই লক্ষ বার জপ করতেন। ওনার শিষ্য হরিদাসও অনুরূপ সংখ্যায় জপ করতেন। কিন্তু এইরূপ জপ করার জন্য নিজের মনকে অতি চঞ্চল বলে ওকে আরও চঞ্চল করে তোলা কি সঠিক? মনকে আয়ত্তে আনার জন্য নিজের কোন বাসনাকে মন থেকে মুক্ত করো। তখন দেখবে মনই তোমার সহায়ক হয়ে উঠবে। (পৃষ্ঠা-১৬০, পত্র সংখ্যা-১৪৪)

১০৮

শ্রীরামকৃষ্ণ বিবেকানন্দ সাহিত্য চর্চা : স্বামী সারদানন্দ মহারাজ দ্বারা লিখিত ‘শ্রীরামকৃষ্ণ-লীলাপ্রসঙ্গ’ (Sri Ramakrishna The Great Master) খুব ভালোভাবে পড়ো।

স্বামী বিবেকানন্দের পত্র এবং বক্তৃতাগুলো খুব মন দিয়ে পড়ো। এইভাবে তোমার বুদ্ধি প্রখর হত থাকবে এবং তারপর তুমি প্রভুর সেবার যোগ্য হয়ে উঠবে। (পৃষ্ঠা-১৬৩, পত্র সংখ্যা-১৪৮)

১০৯

তোমার জীবনকে প্রভু সুন্দর করে তৈরী করবেন : জঙ্গলে সবথেকে উঁচু গাছই ঝড় ঝাপটার সম্মুখীন হয়, তাকেই ঝড়ের সঙ্গে লড়াই করতে হয়। নিজের জীবনকে এইভাবেই মনে করো। প্রভুর নাম নিতে থাকো। তোমার জীবনকে প্রভুই সুন্দর করে তৈরী করবেন। (পৃষ্ঠা-১৬৭, পত্র সংখ্যা-১৫২)

১১০

অবিরাম জপ : ‘উপাসনা পদ্ধতি’ অনুযায়ী নিয়মগুলো প্রতিদিন পালন করার পরেও যখন সময় পাও ইষ্টমন্ত্র মনে মনে জপ করতে থাকো। সেই সময় সংখ্যা রাখার প্রয়োজন নেই। যখন কোন কাজ করছো বা এমনি বসে আছো সেই সময় অবিরাম মনে মনে জপ করো। (পৃষ্ঠা-১৭০, পত্র সংখ্যা-১৫৭)

১১১

সাক্ষী ও দ্রষ্টা : পূর্বজন্মের মৃত্যুর আগেই আমরা নতুন জীবন সম্পর্কে প্রোগ্রাম তৈরি করে ফেলি। কোথায় জন্ম হবে, মা-বাবা কে হবে, সব কিছু প্রয়োজন অনুযায়ী ঠিক করে ফেলি, যেমন কেউ কোনো কাজে ইউরোপ বা আমেরিকা যেতে চায়, সে প্রথমে প্রোগ্রাম করে ফেলে সেখানে কি কি কাজ করবে, কোথায় থাকবে, তার সেখানে থাকার ব্যবস্থা (Sponsorship) কে করবে, এইসব এখানে পৌঁছানোর আগেই ঠিক করে নিতে হয়। (পৃষ্ঠা-১৭১, পত্র সংখ্যা-১৫৮)

১১২

সর্বভূতে ঈশ্বর দর্শনের সাধনা : শ্রীশ্রীঠাকুরের মতো যখন সর্বভূতে নারায়ণ দেখবে তখনই প্রত্যেক ব্যক্তি যা বলবে তা করতে পারবে, তাই এই অবস্থায় যাওয়ার জন্য তোমাকে শ্রীশ্রীঠাকুরের আচরণের অনুকরণের মাধ্যমে নিজের মনকে নির্মল করতে হবে। এটাই কারণ যে বাচ্চাদেরকে বড়দের আদর্শের পালন, ওনাদের আচরণের অনুকরণ করার জন্য বলা হয়ে থাকে। (পৃষ্ঠা-১৭২, পত্র সংখ্যা-১৫৯)

১১৩

ঈশ্বর সর্বদা সঙ্গে আছেন : শ্রীশ্রীঠাকুরের নাম জপ করার অধিকার শ্রীশ্রীঠাকুরের কৃপায় পেয়েছো, এটাও বলতে পারো তোমার পূর্বের পূণ্যকর্মের ফলস্বরূপ এই অধিকার পেয়েছো। এখন এটাই মনে করো তোমার গাড়ি চলা শুরু করেছে, এখন ক্রমশঃ গতি বাড়তে হবে, নিশ্চিত থাকো, প্রভুই তোমাকে রক্ষা করে যাচ্ছেন, ওনার উপর সম্পূর্ণ ভরসা রাখো এবং এটাই বিশ্বাস করো উনিই তোমার সঙ্গে আছেন, সর্বক্ষণ তোমার হৃদয় কমলে সমাসীন হয়ে তোমাকে দিশা নির্দেশ করছেন। (পৃষ্ঠা-১৭৩, পত্র সংখ্যা-১৬০)

১১৪

দৃষ্টিকোণের পার্থক্য : সাধুদের জীবন আর তোমার জীবনের মধ্যে কি কোন পার্থক্য আছে? আমার জীবন তো তুমি পুনে মঠে দেখেছো, পুনে মঠের অন্যান্য সাধুদের জীবনও দেখেছো, আর নিজের জীবন তো দেখেই যাচ্ছে। এটা বলতে পারো বড় সাধুরা সাংসারিক লোকদের ঈশ্বরবুদ্ধির দ্বারা সেবা করেন। যেমন ধরো ঘুম ভেঙে গেলে সে অন্যদের যেভাবে জাগায় ঠিক ঐভাবেই সাধুরা কাজ করছেন। (পৃষ্ঠা-১৭৫, পত্র সংখ্যা-১৬৩)

১১৫

মা আছেন আর আমি আছি ভাবনা কি আছে আমার : একটি শিশু তার মায়ের কোলে ওঠার জন্য কেঁদে কেঁদে মাকে ধরে ফেলে তেমনি তুমিও ওনাকে ধরো এবং জপ করতে থাকো। যেমন আমাদের শ্রীগুরুমহারাজ মা কালীর উপর সবসময় নির্ভর থাকতেন, মায়ের ইচ্ছা অনুযায়ীই উনি চলতেন। তেমনি তুমিও ওনার উপর পূর্ণ নির্ভর থাকো এবং মা তোমাকে যেমনি চালাচ্ছেন, চলতে থাকো। (পৃষ্ঠা-১৭৬, পত্র সংখ্যা-১৬৪)

১১৬

যে কোনো ভাষাতে উন্নতি করার পদ্ধতি : ইংরেজী ভাষাকে আয়ত্ত্ব করার জন্য তোমাকে ১০-১৫ খানা উপন্যাস (novel) পড়তে হবে। অনর্গল পড়ে যাও এবং কোনো শব্দ যদি এমন হয় যার অর্থ বুঝতে পারছ না তখন dictionary দেখো। ভালো হয় যদি Oxford University Press-এর ছাপা Advanced Learners' English Dictionary বা Concise Dictionary-র সাহায্য নিয়ে পড়ো। ইংরেজী খুব ভালো করে পড়ার জন্য Drama এবং detective Stories পড়ো। (পৃষ্ঠা-১৭৭, পত্র সংখ্যা-১৬৫)

১১৭

শুদ্ধ মন ও ঈশ্বর অভিন্ন : মনের শুদ্ধ স্বরূপের নাম ‘সারদা দেবী’, ‘শ্রীরামকৃষ্ণ’। নিজে শুদ্ধ মনের ধ্যান করো, চিন্তা করো। তোমার শুদ্ধ মন তোমার স্বরূপ এবং তোমার অশুদ্ধ মন তোমার পুরানো সংস্কারের সমষ্টি। যেমন যেমন তুমি ঐ সব অশুদ্ধিগুলোর সঙ্গে পরিচিত হতে থাকবে, তেমন তেমন ওরা তোমার থেকে দূর পালিয়ে বেড়াবে।

তোমার পুরানো সংস্কারের ফলস্বরূপই তুমি ওই জন্ম লাভ করেছো, প্রভুর নাম জপ করার অধিকারী হয়েছো, তাই নিজেকে ধন্য মনে করো এবং বড়দের কথা শোনো, তোমার হৃদয়স্থিত শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের নির্দেশ পালন করে এই জীবন অতিবাহিত করো।
(পৃষ্ঠা-১৭৯, পত্র সংখ্যা-১৬৯)

১১৮

নিঃস্বার্থপরতাই ঈশ্বরের একটি রূপ : নিজের দেশে গরীবদের জন্য কিছু করার আগে তুমি স্বামী বিবেকানন্দ এবং ভগিনী নিবেদিতার বক্তৃতা এবং পত্রগুলো পড়ো। তুমি তো আগের থেকেই নিঃস্বার্থ। নিঃস্বার্থতার কোনরকম স্তর নেই। তোমার মন তোমার ইষ্ট দেবতার স্থান। যদি তোমার মন পবিত্র না হতো তবে তোমার ইষ্ট দেবতা সেখানে কীভাবে থাকতেন। তুমি তোমার শরীর, মন এবং বুদ্ধি ওনার

চরণ কমলে সমর্পণ করে দিয়েছো, তবে তোমার চরিত্র কীভাবে অপবিত্র হতে পারে। তুমি শুধু এটাই দেখতে থাকো তোমার আশে-পাশের লোকদের হিতের জন্য উনি তোমাকে কীভাবে কাজে নিয়োজিত করেন। (পৃষ্ঠা-১৮৩, পত্র সংখ্যা-১৭৩)

১১৯

নাম ও নামী অভেদ : যখন থেকে তুমি শ্রীশ্রীঠাকুরের মন্ত্র জপ করা শুরু করেছো, তখন থেকে তুমি ওনার হয়ে গেছ, উনিও তোমার হয়ে গেছেন, শুধু এই কথাটি বুঝতে তোমার একটু দেরি হবে। তাড়াতাড়ির কী আছে!

আমি তোমার জন্য শ্রীশ্রীঠাকুরের কাছে নিরন্তর প্রার্থনা করি। (পৃষ্ঠা-১৮৮, পত্র সংখ্যা-১৮০)

১২০

আন্তরিকতার সঙ্গে প্রভুর নাম জপ কর : যে সময় তুমি খুব চিন্তাশ্রিত হও, ঠিক সেই সময় মনে মনে ইষ্টদেবের নাম জপ করা শুরু করে দাও, তোমার চিন্তা তখনই পালাবে। প্রভুর কাছে প্রার্থনা ব্যাকুলতার সঙ্গে করো, এইভাবে করো যেন চোখে জল চলে আসে। তবেই প্রভু তোমার প্রার্থনা শুনবেন। (পৃষ্ঠা-১৯০, পত্র সংখ্যা-১৮৩)

১২১

সাধনার দ্বারাই মনের সঙ্গে পরিচয় হয় : যতদূর পারো একই আসনে বসে সংখ্যা রেখে জপ করো। তুমি ১০৮ বার জপের কথা বলেছো, তুমি কি জানো না শ্রীচৈতন্য মহাপ্রভু দুই লক্ষ বার জপ করতেন, ওনার স্ত্রী বিষ্ণুপ্রিয়া আড়াই লক্ষ বার জপ করতেন। আমাদের সাধুদের মধ্যে স্বামী বিরজানন্দজী মহারাজ এক সময় এক লক্ষ আট হাজার বার সংখ্যা রেখে জপ করতেন, এখন বুঝে নাও? শ্রীমূর্তির ধ্যান তোমার মনের নির্মলতার উপর নির্ভর। নিজের মনে আসা ভাবনাগুলোর সঙ্গে পরিচিত হওয়ার চেষ্টা করো, যেমন ঘর পরিষ্কার করার আগে ওখানে কোথায় কোথায় নোংরা আছে জেনে নাও তারপর ওটাকে পরিষ্কার করো। ঠিক তেমনি মনের বাসনাগুলোর সঙ্গেও ভালো করে পরিচিত হয়ে যাও, জেনে নাও কী কী বাসনা তোমার মনে আছে, তবেই ঐগুলোকে পরিষ্কার করতে পারবে। (পৃষ্ঠা-১৯৩, পত্র সংখ্যা-১৮৭)

১২২

ব্যাকুলতার দ্বারা ঈশ্বরকে ডাকা : যখন তুমি শ্রীশ্রীঠাকুরের নামকে আশ্রয় করে নিয়েছো তখন এটাই সবচাইতে ভালো উপায় হবে সংসারের চিন্তা ওনার উপর ছেড়ে দাও। ওনার ছবির সামনে একা বসে ওনাকে বলো, ‘হে প্রভু এই সংকট থেকে আমায় রক্ষা করো,

আমি দিন-রাত তোমার নাম জপ করতে চাই এবং আমার তন-মন-ধন যেন তোমার চরণেই সমর্পণ করতে পারি। হে প্রভু আমি এইসব আর সইতে পারছি না।’ এইভাবে ওনার কাছে প্রার্থনা করো। তোমার প্রার্থনা অত্যন্ত ব্যাকুল হলে উনি নিশ্চয় শুনবেন। নিশ্চিত্তে থাকো। (পৃষ্ঠা-১৯৪, পত্র সংখ্যা-১৮৮)

১২৩

আধ্যাত্মিক পথে চলার জন্য প্রস্তুত : যে লোকগুলো আধ্যাত্মিক পথে চলার জন্য প্রস্তুত, তাঁরা যেমন যেমন ঐ পথে অগ্রসর হয়, সমগ্র সংসারের দুঃখ, কষ্ট ওদের মাথার উপর উঠে আসে। শ্রীশ্রীঠাকুরের জীবন দেখে নাও। আট বছর বয়সেই পিতৃবিয়োগ সহ্য করতে হয়েছে। তারপর কিছুদিনের মধ্যে রোজগার করার জন্য কলকাতা আসতে হলো। দক্ষিণেশ্বরেও কি হৃদয়রামকে নিয়ে ওনাকে কষ্ট সহ্য করতে হয়নি? সারদা মায়ের জীবন, জানকী মায়ের জীবন, যাঁদের জন্মদুঃখিনী বলা হয়, তুমি দেখো নি? এইসবের পরও সারদা মায়ের, জানকী মায়ের জীবন তো ভারতীয় নারীদের আদর্শ জীবনই হয়ে আছে। তবে তোমার দুঃখে, কষ্টে কীসের এত ব্যথা। তুমি কী জানো না, “সুখ-দুঃখের এই সংসারে কেন সবাই কান্নাকাটি করে? জ্ঞানীরা কাটায় জ্ঞানের মাধ্যমে আর মূর্খ কাটায় কান্নাকাটি করে।” নিজের কষ্টে যদি ঘাবড়ে যাও তবে সংসারীদের কষ্ট নিবারণের জন্য নিজের যোগ্যতা কীভাবে বাড়াবে? প্রভুর নাম নিতে থাকো আবার শোক

দুঃখে ঘাবড়াতেও থাকো। মা সারদা, মা জানকী, ওনাদের জীবনে তো এমন হয় নি। (পৃষ্ঠা-১৯৮, পত্র সংখ্যা-১৯৫)

১২৪

সকালবেলার সময়কে ধ্যান জপ উপযোগী করো : সকালবেলা জপ ধ্যানের জন্য ভালো, মন শান্ত থাকে, তাই আসনে বসে বেশী সময় নিয়মানুসারে ধ্যান করতে থাকো। যদি তুমি সবসময় মনে মনে ইষ্টমন্ত্র জপ করার অভ্যাস করে ফেলো তো তোমার মনকে শান্ত করার জন্য আর কিছু করতে হবে না। নিজের মনের সঙ্গে সম্পর্কও তৈরী করতে পারবে, কথাও বলতে পারবে, তুমি জানো শুদ্ধ মনই শুদ্ধ আত্মা, তোমার শুদ্ধ মন তোমারই শুদ্ধ আত্মা। এই মন শুদ্ধ হলে তুমি শ্রীরামকৃষ্ণের রূপে, নিজের আদর্শ স্বরূপকে জানতে পারবে। বর্তমানে নিজের মনের উপর নজরদারি রাখো, দেখতে থাকো সে প্রতিক্ষণ কী কী চিন্তা করছে। যখনই একা হবে, তখন দেখো মন কী চিন্তা করছে, এইভাবে এক মাস পর্যন্ত করতে থাকো, তারপর আমাকে জানাও। (পৃষ্ঠা-২০৬, পত্রসংখ্যা-২০৪)

১২৫

প্রার্থনা করা ও নিজের মাকে ডাকা একই কথা : নিজের মা থেকে বিচ্ছিন্ন হওয়া বালক তার মাকেই খোঁজে, মা মা বলে চিৎকার করে, কান্নাকাটি করে, ব্যাকুল হয়ে ডাকাডাকি করে। প্রার্থনার অর্থ প্রকৃষ্ট

রূপে অভ্যর্থনা— অর্থ বোধগম্য হওয়া প্রয়োজন। বালক তার মা থেকে বিচ্ছিন্ন তো হয়ে গেছে, কিন্তু মা তার সত্তাতে ওতপ্রোতভাবে জড়িত হয়ে আছে। সে সর্বক্ষণ মায়ের কথা চিন্তা করতে থাকে। কিন্তু সেইরকম তুমিও শ্রীশ্রীঠাকুরের প্রতি তোমার প্রার্থনা সম্পর্কে চিন্তা করো। তোমার নিজস্ব সত্তা শ্রীশ্রীঠাকুরের সত্তার সঙ্গে ওতপ্রোতভাবে জড়িত হয়ে আছে, যেমন বালকটির সত্তা তার মায়ের সঙ্গে জড়িত। এই কথাটি তোমায় বুঝতে হবে, যখন পুরোপুরি বুঝে নেবে তখন সেই বালকের মতো ব্যাকুল হয়ে শ্রীশ্রীঠাকুরকে ডাকবে আর একাগ্রতার সন্ধান করে ঘুরে বেড়াতে হবে না। প্রভুর সঙ্গে নিজের সম্পর্কে আনুষ্ঠানিক বা প্রথাগত করো না, স্বাভাবিক করো। বাস্তবে প্রভু তোমার আদর্শ স্বরূপ। এখন যদি তোমার সমাধি হয়, প্রথমে নিজের আদর্শ, শুদ্ধ নির্মল, পবিত্রতম স্বরূপে শ্রীশ্রীঠাকুরের দর্শন করবে, তবেই সমাধি হবে। বর্তমানে সর্বক্ষণ মনে মনে প্রভুর নাম করার অভ্যাস করো। (পৃষ্ঠা-২০৯, পত্র সংখ্যা-২০৯)

১২৬

নিরন্তর জপ করা : যে কোন দেবতাকে পূজো করার আগে তোমার উচিত দীক্ষার দিনে প্রাপ্ত ‘উপাসনা পদ্ধতি’ অনুসারে যথাবিধি উপাসনা-ধ্যান-জপের ক্রমগুলো করা। তাছাড়া সবসময় মনে মনে শ্রীশ্রীঠাকুরের নাম জপ করার অভ্যাস বানিয়ে ফেল। (পৃষ্ঠা-২০৯, পত্র সংখ্যা-২০৯)

১২৭

পূর্ণবিশ্বাসের দ্বিতীয় নাম ভগবান শ্রীরামকৃষ্ণ : তোমার পূর্ণবিশ্বাসেরই দ্বিতীয় নাম ভগবান শ্রীরামকৃষ্ণ— বুঝে নাও— পূর্ণ বিশ্বাস হয়ে যাওয়া মানে ওনাকে পেয়ে যাওয়া। (পৃষ্ঠা-২১২, পত্র সংখ্যা-২১৩)

১২৮

সর্বদা প্রভুর নাম নিতে থাকো : শ্রীশ্রীঠাকুরের জন্য তুমি কি জায়গা বানাবে? জায়গা তো উনিই তোমার হৃদয়ে বানিয়ে নেবেন যখন তুমি বুঝতে পারবে যে এই সাংসারিক নাটক বা ড্রামার লেখিকা তুমি, নায়িকাও তুমিই, আর দর্শকও তুমিই। ক্রিকেটের কোনো খেলোয়াড় প্রথমে ভেবে নেয়, নিশ্চিত করে নেয় যে কীভাবে তাকে খেলতে হবে, তারপর তার পালা আসলে খেলে, এবং শেষে ভিডিওতে নিজের খেলাটি আবার দেখে নেয়। বর্তমানে শ্রীশ্রীঠাকুরের উপরই সম্পূর্ণ নির্ভর থাকো, ওনাকেই চিন্তা করো, অন্য কাউকে নয়। উনিই তোমাকে কার জন্য কখন, কোথায়, কী করতে হবে বলবেন আর তোমার দ্বারা করিয়েও নেবেন। মনে মনে নিরন্তর প্রভুর নাম নিতে থাকো। আমি তোমার মঙ্গলের জন্য প্রভুকে প্রার্থনা করি। (পৃষ্ঠা-২১৩, পত্র সংখ্যা-২২০)

১২৯

ভগবান একমাত্র আশ্রয়দাতা : ব্যবহারিক জগৎ সত্যিই খুব কঠিন। তাই সাধু সন্ন্যাসী, শ্রীভগবানের পার্শ্বদ, ভক্ত সকলে এই সংসারকে ছেড়ে একমাত্র ভগবানকেই আশ্রয় করেন। তোমাকে কিছুই করতে হবে না, প্রভুর নাম শুধু নিতে থাকো আর জগতের তামাশা দেখতে থাকো। সংসারকে এইভাবে দেখো যেমন কোনো ব্যক্তি জানে যে মরীচিকা বা মৃগতৃষ্ণা কী। আর সেই মৃগতৃষ্ণার জল নিজের চোখে দেখেও সে ক্রমাগত ওটাকে বাস্তব মনে করে। (পৃষ্ঠা-২১৮, পত্র সংখ্যা-২২০)

১৩০

অন্তর্যামী শ্রীশ্রীঠাকুরের সঙ্গে সম্পর্ক বাড়ানো : নিরাকার ব্রহ্মের সাকার স্বরূপ হলেন শ্রীশ্রীঠাকুর, আর ওটাই সত্য। যেমন ছবিঘরে যে পর্দার উপর চলচ্চিত্র প্রদর্শিত হয় সেই পর্দাটিই সত্য, চলচ্চিত্র পরিবর্তন হতে থাকে। এই জগতে আমরা যা কিছু দেখি বা শুনি সব পরিবর্তনশীল। নিজের জন্ম-জন্মান্তর থেকে তুমি অসংখ্য শরীরে জন্ম নিয়ে জীবনের ভিন্ন ভিন্ন রূপের অভিজ্ঞতা অর্জন করেছো। যেমন কোনো ভয়ঙ্কর স্বপ্ন দেখামাত্র ঘুম যখন ভেঙে যায় তখন সেই ব্যক্তি ভয়ে কাঁপতে থাকে, সেইরূপ পূর্ব-পূর্ব জন্মের সংস্কার আমাদের জীবন ও বুদ্ধিকে প্রভাবিত করতে থাকে। শ্রীশ্রীঠাকুর,

শ্রীশ্রীমায়ের ব্যাপারে যত আমাদের মনকে একাগ্র করতে পারব ততই মন শুদ্ধ ও পবিত্র হতে থাকবে। শ্রীশ্রীমা, শ্রীশ্রীঠাকুর আমাদের আদর্শ; আর আদর্শ বা আয়না আমরা তাকেই বলতে পারি, যাঁকে দেখে আমরা নিজেদের চেহারা দেখতে পারি ও পরিষ্কার করতে পারি, অর্থাৎ চেহারা নিজের থেকে পরিষ্কার হতে থাকে।
(পৃষ্ঠা-২২০, পত্র সংখ্যা-২২৩)

১৩১

নিষ্ঠার সঙ্গে প্রভুর নাম জপ করো : নিজের ইষ্টমন্ত্রকে যতটুকু পার মন দিয়ে অবিরত জপ করতে থাকো। যে নৌকা গঙ্গায় ভেসে যাচ্ছে, সেই নৌকায় বসা ব্যক্তির, না গঙ্গার গভীরতা জানার দরকার হয়, না সাগরের সঙ্গে তার দূরত্বের। নিশ্চিত হয়ে নিষ্ঠার সঙ্গে প্রভুর নাম নিতে থাকো। যদি শরীর কাঁপতে থাকে তবে দু-চার মিনিটের জন্য হাঁটাচলা করো, আবার এসে আসনে বসে জপ করো। মন্ত্রবর্ণের অর্থ শব্দের মাধ্যমে নয়, জপ করতে করতে নিজের অভিজ্ঞতা থেকে বুঝতে পারবে। রুদ্রাক্ষের মালা যদি নিতে চাও তবে আলাদা করে চিঠি লেখো, আমি তোমাকে জপ করে শুদ্ধ করে মালাটি পাঠিয়ে দেব। ততদিন পর্যন্ত কর (আঙ্গুল দিয়ে) জপ করতে থাকো।
(পৃষ্ঠা-২২১, পত্র সংখ্যা-২২৪)

১৩২

ঈশ্বর এক এবং অভিন্ন : শ্রীশ্রীঠাকুরকে তুমি ভিন্ন ভিন্ন রূপে দেখো, সেই রূপকে তোমার অরূপ আত্মার রূপে ধ্যান-জপ ইত্যাদি করতে করতে বুঝতে পারবে। নিশ্চিত থাকো সঠিক পথে নেমে পড়েছো, লক্ষ্যে নিশ্চয়ই পৌঁছে যাবে। (পৃষ্ঠা-২২৩, পত্র সংখ্যা-২২৭)

১৩৩

কামানা বাসনা থেকে দূরে থাকাই আধ্যাত্মিক জীবনের মূলমন্ত্র : কামনা-বাসনা থেকে দূরে থাকাই আধ্যাত্মিক জীবনের মূলমন্ত্র। তাই ধ্যানে কোন্ ধরনের মূর্তি দেখছ সেইটি বড় কথা নয়, আসল কথাটি হল তোমার ব্যবহারে, তোমার আচরণে কী কী পরিবর্তন হচ্ছে। স্বামীজী তাই বলেছিলেন।

মন্ত্রের অর্থ আমাদের শ্রীশ্রীঠাকুর, ওনার জীবন, ওনার উপদেশ, ওনার আচরণ। উনিই তোমার হৃদয়ে সমাসীন তোমার ইস্টদেবতা যাঁকে তুমি মন্ত্রের উচ্চারণের সাহায্যে ডাকতে পারছ; যেমন ঘুমন্ত মাকে তার সন্তান জাগায়। মা তো জেগেই আছে, ওর রক্ষা সর্বক্ষণ করে যাচ্ছে, কিন্তু সন্তানের ভাবনা, তেমন তোমার, কি মন্ত্রের অর্থ তা জানতে চাইছ। প্রতিক্ষণ যতটুকু পারো প্রভুর নাম জপ করতে থাকো। নদী সমুদ্রের অর্থ জানে না, কিন্তু সে সমুদ্র পর্যন্ত পৌঁছে যায়, সমুদ্রেই রূপান্তরিত হয়ে যায়। অনুক্ষণ জপ করতে সংখ্যার প্রয়োজন নেই। (পৃষ্ঠা-২২৯, পত্র সংখ্যা-২৩৭)

১৩৪

সংসারের উপর কোন প্রত্যাশা রেখো না : শ্রীশ্রীঠাকুর বলেছেন যখন যখন তুমি পূর্বের দিকে অগ্রসর হবে তখন তখন পশ্চিম তোমার পিছনে চলে যাবে। যখন তোমার নিজের স্বরূপ তোমার কাছে পরিষ্কার হবে, তখন তোমার এমন মনে হবে যে তোমাকে আর কিছু করতে হবে না। সংসারের উপর তোমার কোন প্রত্যাশা থাকবে না। যখন এই কথা বুঝবে, অনুভব করবে তখন তোমার অভিজ্ঞতা হবে, ‘আমি আছি।’ কিন্তু যদি জিজ্ঞেস করো ‘আমি কে’ ‘আমি কি আছি?’ তবে তো প্রশ্নগুলো ভিত্তিহীন হবে, কারণ তোমার ছাড়া আর কিছুই নেই। শ্রীশ্রীঠাকুরের প্রতিক্ষণ এমন অনুভব হত, শ্রীশ্রীমা, স্বামীজী এবং অনেক গুরুভাইদের, আবার আজ পর্যন্ত আমাদের মঠের অনেকের জীবনকালে এমন অনুভব হয়েছে। (পৃষ্ঠা-২৩১, পত্র সংখ্যা-২৪০)

১৩৫

শুদ্ধ মনে কর্ম করো : এইরকম চিঠি তুমি ঠাকুরকে কেন লেখ না? কি করবে তুমি তো ওনার ঠিকানা জানো না। এক কাজ করতে পার তোমার ধ্যান, জপ, উপাসনা, ঘরের লোকদের সেবা ইত্যাদি করছো বলে যে চিঠি তুমি আমাকে লেখো, ওটাকে ডাকে ফেলার আগে শ্রীশ্রীঠাকুর এবং শ্রীশ্রীমাকে চিঠিটি শুনিয়ে আমাকে পাঠাও। তারপর ওনারাই তোমার মনের মাধ্যমে তোমার প্রশ্নের উত্তর দিয়ে

দেবেন, সমস্যার সমাধান করে দেবেন। তখন দেখবে যে তোমার মনে কোন প্রশ্ন উঠবে না, সন্দেহও হবে না। সমস্যা হবে না আর তোমার মন শুদ্ধ হয়ে যাবে তারপর যা যা কর্ম করবে সব কিছুই মন দিয়ে করতে পারবে। (পৃষ্ঠা-২৩৬, পত্র সংখ্যা-২৪৬)

১৩৬

কর্ম মনকে বিশুদ্ধ করে : পূজ্যপাদ হরি মহারাজ (স্বামী তুরীয়ানন্দজী মহারাজ) একটি চিঠিতে কাউকে লিখেছেন, শ্রীশ্রীঠাকুর তোমাকে কিছু কাজ করার জন্য দেবেন। ওটাকে মনে প্রাণে করো। ঐ কাজ যখন শেষ হয়ে যাবে তো শ্রীশ্রীঠাকুর তোমাকে অন্য আর একটি কাজ দেবেন। ওটাকেও মনে প্রাণে করো। ঐ কাজও যখন শেষ হয়ে যাবে তো শ্রীশ্রীঠাকুর আরও একটি কাজ দেবেন। ওটাকেও মনে প্রাণে কর। তারপর শ্রীশ্রীঠাকুর তোমাকে আর কোনো কাজ দেবেন না। পূজ্যপাদ হরি মহারাজের পত্রাবলী হয়তো তুমি পড়ো নি। এটা পড়ে নাও। আসল কথাটি হল কর্ম মনকে বিশুদ্ধ করে। আচার্য শংকর ভগবতপাদ বৃহদারণ্যকোপনিষদের ভাষ্যে লিখেছেন, “কর্মভিঃ সংস্কৃতা হি বিশুদ্ধাত্মাঃ শকুবন্তযাত্নানমপুনিষত-প্রকাশিতমপ্রতিবন্ধেন বেদিতুম। এবংহার্থবর্ণ “বিশুদ্ধসত্ত্বস্ততস্ততং পশ্যতে নিষ্কলং ধ্যায়মান” ইতি। স্মৃতিশ্চ জ্ঞানমুতপদ্যতে পুংসাং ক্ষয়াতপাপস্য কর্মণঃ ইত্যাদি (৪-৪-২২)। (পৃষ্ঠা-২৩৮, পত্র সংখ্যা-২৪৯)

১৩৭

শ্রীশ্রীঠাকুরেই স্বরূপতঃ পরমাত্মা : শ্রীশ্রীঠাকুর প্রত্যেক কথাতেই কালী মায়ের দোহাই দিতেন। শ্রীশ্রীমা সারদা দেবী, স্বামীজী মহারাজ ইত্যাদি সকলে শ্রীশ্রীঠাকুরের দোহাই দিতেন। ওনারের অভিজ্ঞতা ছিল যে শ্রীশ্রীঠাকুরই স্বরূপতঃ পরমাত্মা যার উপস্থিতিতে ওনারা জগতের হিত কার্যে লেগে পড়েছেন। সেইরকম আমাদেরও বুঝতে হবে। যেমন যেমন আমাদের বুঝবার ক্ষমতা পাকা হয়ে যাবে, তেমন তেমন আমরা ওনার নিকট থেকে নিকটতর হয়ে যাব। তার আগে তুমি কোথায় যাবে? এটাতেই তোমার সম্পূর্ণ সময় চলে যাবে, তারপর যখন ওনার নিকটে চলে যাবে তখন কাল, অকাল, কালী, অকালী সবকিছু থেকে বাইরে চলে যাবে, আত্মারামের আশ্রিত হয়ে যাবে। (পৃষ্ঠা-২৩৯, পত্র সংখ্যা-২৫১)

১৩৮

প্রসাদে মন স্বচ্ছ হয় : প্রসাদ তো অনেক ভাগ্য করলে পাওয়া যায়। দেখো তো, তুমি প্রসাদ খেয়েছো তাই তোমার মন স্বচ্ছ হয়ে গেছে, তখন তোমার মনে প্রশ্ন উঠল, যে কাজ তুমি করেছো হয়তো সেইটি ঠিক হয়নি। স্বপ্ন দেখেছো। ঠিক আছে এখন থেকে শ্রীশ্রীঠাকুর যেভাবে নিজের জীবনে করতেন, যেমন তুমি ‘শ্রীরামকৃষ্ণ কথামৃত’তে পড়েছো— যখনই কিছু খাবে প্রথমে প্রভুকে নিজের

ইষ্টদেবতাকে স্মরণ করে খাও। ক্রমশঃ এটাকে তোমার প্রত্যেক কাজের সঙ্গে করো। যখনই কিছু করবে, নিজের হৃদয়স্থিত শ্রীশ্রীঠাকুর থেকে স্পষ্ট আজ্ঞা নিয়ে করো, যেমন শ্রীশ্রীঠাকুর শ্রীশ্রীকালীমাতার সঙ্গে কথা না বলে কিছুই করতেন না।
(পৃষ্ঠা-২৪০, পত্র সংখ্যা-২৫২)

১৩৯

চিত্ত শুদ্ধির জন্য নিরন্তর জপ করো : নিজের বুদ্ধির শুদ্ধির জন্য অবিরাম দীর্ঘকাল পর্যন্ত শ্রদ্ধার সঙ্গে শ্রীশ্রীঠাকুরের নাম-জপের প্রক্রিয়া বিধিপূর্বক করতে থাকো। তুমি নিজের কাম-ক্রোধ ইত্যাদিকে অধিক গুরুত্ব দিয়ে ফেলেছো এবং ওদের চলে যাওয়ার পরও তুমি ওদেরকে মনে করতে থাকো। ‘কাম এসেছিল’, ‘ক্রোধ এসেছিল’ তারপর আমাকেও তার উপায় বলার জন্য লিখে ফেলো।
(পৃষ্ঠা-২৪০, পত্র সংখ্যা-২৫৩)

১৪০

পুস্তককে মূল স্বরূপে পড়ো : শ্রীশ্রীরামকৃষ্ণ কথামৃত প্রত্যেকদিন ১০-১৫ মিনিটের জন্য পড়ো। বাংলা পড়তে পারো তো বাংলায় পড়ো আর যদি ইংরেজী পড়ো তবে স্বামীজির ‘The Complete Works of Swami Vivekananda’ বইটিও পড়ো। আমাকে শীঘ্রই জানাও তুমি কী কী বই এতদিনে পড়েছো, কি পড়ছো ইত্যাদি।

এতটুকু মনে রেখো যদি তুমি ভাবো এই সংসার মায়াজালের গুচ্ছ তো তুমি এই মায়াজালের গুচ্ছে আবদ্ধ হয়ে যাবে। আর যদি তুমি মনে করো তোমাকে কেউ বাঁধতে পারবে না, তুমি সদাই মুক্ত, তবে যেমন শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা, স্বামীজী মহারাজের মত নিজের সম্পূর্ণ মন, প্রাণ দিয়ে এই মায়াজালের গুচ্ছের সেবা করতে লেগে পড়ো, নিজের সম্পর্কে চিন্তা করা ছেড়ে দাও, যেমন ওনারা করেছেন, যেমন শ্রীকৃষ্ণ, গৌতম বুদ্ধ করেছেন। (পৃষ্ঠা-২৪২, পত্র সংখ্যা-২৫৫)

১৪১

সেবাই জীবনের আদর্শ : শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা, স্বামীজী মহারাজ, শ্রীরাম, শ্রীকৃষ্ণ ইত্যাদি সকলে এই সংসার থেকে কোনো প্রকার কিছু আশা করেন নি, শুধু সকলের সেবা করে গেছেন। আমাদের মঠের সাধুরা অনুরূপ সেবা করে যাচ্ছেন। এটাই আদর্শ জীবন। (পৃষ্ঠা-২৪৩, পত্র সংখ্যা-২৫৭)

১৪২

ধৈর্যের সঙ্গে কাজ করো : ধৈর্যের সঙ্গে কাজ করো। যতটুকু পারো অনুক্ষণ মন্ত্রকে জপ করার অভ্যাস করে ফেলো। তারপর দেখবে যে তোমার মন তোমার চেষ্টা ছাড়াই জপ করতে লেগে পড়েছে। কোনো বিপত্তি আসে, কোনো মুশকিল আসে দেখবে মন নিজে নিজেই জপ করছে, তুমি দেখো নি? (পৃষ্ঠা-২৪৪, পত্র সংখ্যা-২৫৮)

১৪৩

মঠের পরম্পরা অনুসারে তাঁকে ডাকা : শ্রীশ্রীরামকৃষ্ণদেব— যাঁকে শ্রীশ্রীমা সারদা দেবী “শ্রীশ্রীঠাকুর” বলতেন আর উনার দেখাদেখি আমাদের মঠের সাধু এবং সমস্ত লোকজন শ্রীশ্রীঠাকুর বলেই উল্লেখ করেন, শ্রীগুরুমহারাজও ওনাকেই বলা হয়। রামকৃষ্ণ মঠের সাধু-ভক্তদের জন্য শ্রীগুরুমহারাজ শুধু শ্রীশ্রীঠাকুরই আছেন। তুমি নিশ্চয় পড়েছো শ্রীশ্রীঠাকুর পছন্দ করতেন না ওনাকে কেউ ‘গুরু’, ‘বাবা’ বা ‘কর্তা’ বলে ডাকে। উনি বলতেন গুরু কেবল সচ্চিদানন্দই আছেন। শ্রীশ্রীঠাকুরের এই শিক্ষা অনুযায়ী আমরা সমস্ত অন্তর্যামী আত্মাকেই গুরু বলে জানি এবং শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের ছবিতে যেমন সেই অন্তর্যামী আত্মারই আবির্ভাব দেখি, নিজের দীক্ষা-গুরুর মধ্যেও সেইরূপ অন্তর্যামী আত্মার সশরীরে আবির্ভাব দেখে থাকি। নিজের ইষ্টদেবের নাম অনর্গল প্রতিক্ষণ জপতে থাকার চেষ্টা করতে থাকো। দীক্ষার নিয়মগুলো পালন করার পরও নাম জপতে থাকো। এইরূপে জপ করতে সংখ্যার প্রয়োজন নেই। (পৃষ্ঠা-২৪৭, পত্র সংখ্যা-২৬৩)

১৪৪

ঈশ্বর দর্শন মনুষ্য জীবনের উদ্দেশ্য : মনুষ্য জীবনের উদ্দেশ্য ঈশ্বর দর্শন। এটা ভক্তির দ্বারা খুব সহজে প্রাপ্ত হয়। ঈশ্বর নিজের ভক্তকে রক্ষা করে থাকেন। ভক্তের উপর ঈশ্বর খুশী হন। ঈশ্বরই গুরু

মহারাজের রূপে এসেছেন, আধ্যাত্মিক জীবনে তোমার দীক্ষিত হওয়াটাই বিরাট সৌভাগ্যের কথা। খুব ভালোভাবে অধ্যাত্ম জীবন অতিবাহিত করার জন্য শারীরিক ও মানসিক শক্তি দুটোরই খুব দরকার। গুরু মহারাজকে এটার জন্য প্রার্থনা করো। জীবনে সব কাজকর্ম করতে থাকো কিন্তু ঈশ্বর দর্শনই জীবনের মুখ্য উদ্দেশ্য, তুমি আধ্যাত্মিক জীবনে এগিয়ে যাও ও উন্নতি করো এটাই আমি আশীর্বাদ করি। (পৃষ্ঠা-২৫২, পত্র সংখ্যা-২৬৯)

১৪৫

জীবমাত্রই স্বরূপত ব্রহ্ম : জীবমাত্রই স্বরূপতঃ ব্রহ্ম, পরমাত্মা, সুতরাং উনি সম্পূর্ণ স্বতন্ত্র। কিন্তু স্বতন্ত্র শব্দে ‘স্ব’ শব্দের অর্থ হলো আত্মা, পরমাত্মা, ব্রহ্ম এবং ‘তন্ত্র’ শব্দের অর্থ অধীনস্থ, অর্থাৎ স্বতন্ত্রের অর্থ নিজের হৃদয়স্থ আত্মার অনুশাসনে অধীন হওয়া।

শাস্ত্রে বলে, মানুষের মনই ওর বন্ধন আর মোক্ষের কারণ হয়। যখন মন সাংসারিক বিষয়ে সংলগ্ন হয় তখন সংসারের বন্ধনে পড়ে এবং যখন সেই মন বিষয় রহিত হয় তখন সে মুক্তির যোগ্য হয়ে যায়। (পৃষ্ঠা-২৫৬, পত্র সংখ্যা-২৭৫)

১৪৬

নিরন্তর জপ করা : স্বামী বিবেকানন্দ মহারাজ কোন এক সময় এক বন্ধুকে একটি মন্ত্র শুনিয়ে বলেছিলেন তোমার এখন এই মন্ত্রকে জপার প্রয়োজন নেই। কিছুদিনের মধ্যে তুমি এটাকে ভুলেও যাবে।

কিন্তু যখন তুমি এটার যোগ্য হয়ে যাবে, তখন আবার এটার স্মরণ হয়ে যাবে এবং তুমি তখন নিরন্তর জপ করতে থাকবে। (পৃষ্ঠা-২৫৮, পত্র সংখ্যা-২৭৮)

১৪৭

শ্রীশ্রীঠাকুর ও মা অভিন্ন : শ্রীশ্রীমায়ের নাম আলাদা করে জপ করার প্রয়োজন নেই, উনি কি ভিন্ন ছিলেন? শ্রীশ্রীঠাকুরকেই নিজের সারদা-মা মনে করো। শ্রীশ্রীমায়েরও আনন্দ হবে যখন উনি দেখবেন যে তুমি একনিষ্ঠ হয়ে শ্রীশ্রীঠাকুরের নাম জপ করছো। (পৃষ্ঠা-২৫৯, পত্র সংখ্যা-২৮০)

১৪৮

নাম জপের অভ্যাস করো : জপ করতে তোমার কেন কষ্ট হচ্ছে? হৃদয়ে তাঁর দর্শন হয় না তবে যেখানে তিনি দর্শন দেন সেখানে কি দর্শন করতে পারছো না? জপ করার সময় তোমার চোখের সম্মুখে যা কিছুই হোক তুমি জপ করতে থাকো। এমনিও যে কোন কাজ করতে-করতে মনে মনে ইস্ট মস্তের জপ করতে থাকার অভ্যাস করতে থাকো। (পৃষ্ঠা-২৬৩, পত্র সংখ্যা-২৮৫)

১৪৯

নিজেকে প্রভুর নামে সমর্পণ করো : আমি তোমাকে শ্রীশ্রীঠাকুর এবং শ্রীশ্রীমায়ের কাছে সমর্পণ করে দিয়েছি যে তোমার হৃদয়ে

বিরাজমান, ওনাদের সঙ্গে সম্পর্ক গড়ে তোলো তবেই তোমার জীবন সার্থক হয়ে উঠবে। এটাতো সত্যি যে এখন পর্যন্ত যা যা কামনা করেছো কোনটাই পূর্ণ না হওয়া পর্যন্ত তোমার ছুটি হবে না, কিন্তু তোমার অন্তর্যামী অভিজ্ঞ বৈদ্যের মতো জানেন কোন্ রোগীকে কী ধরনের ঔষধ কখন দিতে হয়। সুতরাং যথাসময়ে তোমার কামনাগুলো পূর্ণ হবে, যদি তুমি ঐগুলোকে ত্যাগ না করে থাকো।
(পৃষ্ঠা-২৬৩, পত্র সংখ্যা-২৮৬)

১৫০

কারো দোষ দেখো না : শ্রীশ্রীমা বলেছেন, কারো দোষ দেখো না, মা কি এমনি এই কথাটি বলেছেন। কারণ দোষ দর্শন করতে থাকলে দোষ দর্শন যারা করে তাদের মনে দোষের এমন একটা সংস্কার এসে পড়ে এবং সেই সংস্কার তাকে সেইরূপে দোষপূর্ণ কাজ করতে বাধ্য করে দেয়, সে ওটা থেকে বাঁচতে পারে না। দোষ যারা করে ওদের শাস্তি, নিজেদের কর্ম সংস্কারের ফলস্বরূপ ওরা ভোগ করে থাকে। লোকেরা সাধারণত এই কথাগুলো বিশ্বাস করে না। যারা এই সংসার-বিষয়ে লিপ্ত, যাদের মন নিজের পরিবার, রোজগার, মান-সম্মান ইত্যাদি নিয়ে ব্যস্ত, ঐসব মানুষ অন্যের মনের গতিবিধিগুলোকে ঠিকমত বুঝতে পারে না। সুতরাং ওরা এইসব কথাগুলো বিশ্বাস করতে পারে না। কিন্তু আমাদের শাস্ত্রের মন্ত্রের দ্রষ্টা ঋষিদের জীবন সম্পূর্ণ অন্যরকম ছিল। তাঁদের মন একদম

১০২

নির্মল, শুদ্ধ ও পবিত্র ছিল। এইসব মানুষদের জন্যই ধর্ম সত্য, ঈশ্বর সত্য। (পৃষ্ঠা-২৬৭, পত্র সংখ্যা-২৯২)

১৫১

নিরন্তর প্রভুর নাম নিতে থাকো : নিরন্তর প্রভুর নাম করতে থাকলে প্রভু তাঁর প্রতি তোমার ভক্তি, শ্রদ্ধা বুঝতে পারবেন এবং তখন তোমার মনের খারাপ ভাবনাগুলো চলে যাবে, সৎ ভাবনায় মন ভরে উঠবে এবং তোমার মন প্রভুর নিবাসের জন্য পবিত্র, নির্মল মন্দিরের মতো হয়ে যাবে। তোমার মন প্রভুর নিবাস যোগ্য হয়ে উঠবে। (পৃষ্ঠা-২৬৯, পত্র সংখ্যা-২৯৪)

১৫২

ধ্যান ও বিধি-সম্মত পূজার মধ্যে কোন পার্থক্য নাই : ধ্যান এবং বিধি-সম্মত পূজার মধ্যে কোনো পার্থক্য নেই। যখন ধ্যান করো তখন ধ্যানের অবস্থায় মনে মনে বিধিগুলোর পালন করে পূজা করো এবং যখন বিধি-সম্মত পূজা করতে বসো তখন ধ্যানের মতো একাগ্রতার সঙ্গে পূজা করো। যতটুকু পারো, মনে সর্বক্ষণ কাজকর্ম করতে করতে প্রভুর নাম জপ করতে থাকো। আধ্যাত্মিক জীবন অতিবাহিত করার জন্য সাধু হওয়ার আবশ্যিকতা নেই। প্রভুকে নিজের সর্বাঙ্গীণ মঙ্গলের জন্য প্রার্থনা করো। (পৃষ্ঠা-২৬৯, পত্র সংখ্যা-২৯৫)

১৫৩

বুদ্ধি অর্থ, বোধের ভাব, বোধের উপস্থিতি : বিছানায় শুয়ে থাকা তোমার কাজ, কিন্তু ঘুমের উপর তোমার কোনো নিয়ন্ত্রণ নেই। সেটা আসতেও পারে বা নাও আসতে পারে। ঠিক তো? এই অবস্থায় তুমি বলছ ঘুম থেকে উঠতে তোমার কষ্ট হচ্ছে। লোকেরাও বলে থাকে, করি তো, কিন্তু হয় তো না। আমাদের শাস্ত্র মনকে সংকল্প-বিকল্পাত্মক বলে। সে এখন কিছু ভাবে, তারপর এক সংকল্প করে আবার তার এক বিকল্প খোঁজে, বিরুদ্ধ সংকল্প, বিরুদ্ধ পক্ষ, বিরুদ্ধ চিন্তা করে। সেখানে তার বুদ্ধি যাকে নিশ্চয়াত্মিকতা বলে মনে করে সেটাই তার শেষ সিদ্ধান্ত মনে হয়। বুদ্ধি অর্থ বোধের ভাব, বোধের উপস্থিতি। বোধকে জ্ঞানও বলা হয়।

সর্বক্ষণ প্রভুর নাম জপ করো, যখনই মনে এদিক-ওদিকের কথা আসবে বা যখনই শ্রীশ্রীঠাকুর বা শ্রীশ্রীমায়ের ছবিতে নজর যাবে তখনই প্রভুর নাম অবিরত নিতে থাকো। (পৃষ্ঠা-২৭০, পত্র সংখ্যা-২৯৬)

১৫৪

শিব পঞ্চাক্ষরস্তোত্র : শিব পঞ্চাক্ষরস্তোত্রকে এইভাবে পড়ো; নাগেন্দ্রহারায় ত্রিলোচনায়-ভস্মাংঙ্গরাগায় মহেশ্বরায় নিত্যায় শুদ্ধায় দিগম্বরায়-তস্মৈ নকরায় নমঃ শিবায়। (১) মন্দাকিনীসলীল চন্দনচর্চিতায়-নন্দীশ্বর প্রমথনাথমহেশ্বরায় মন্দার পুষ্প

বহুপুষ্পসুপুজিতায়-তস্মৈ সকারায় নমঃ শিবায়। (২) শিবায়
গৌরীবদনাজবালসূর্যায় দক্ষাধ্বরনাশকায়। শ্রীনীলকণ্ঠায় বৃষধ্বজায়,
তস্মৈ শিংকারায় নমঃ শিবায়। (পৃষ্ঠা-২৭১, পত্র সংখ্যা-২৯৭)

১৫৫

শ্রীশ্রী মায়ের কথার মূল্য : শ্রীশ্রীমা বিশ্বাস না করার যে কথা বলেছেন ওটাতে তোমার প্রত্যয় হচ্ছে না। এটাকে সংসার বলা হয়ে থাকে। শ্রীশ্রীমায়ের কথার প্রত্যয় হওয়ার জন্য হৌচট খাওয়া প্রয়োজন। যে বস্তুর প্রাপ্তির জন্য আমরা যত বেশী ত্যাগ করি বা পরিশ্রম করি, দুঃখ ভোগ করি সেই বস্তু ততোধিক আমাদের কাছে দামি মূল্যবান হয়। শ্রীশ্রীমায়ের কথা তুমি পড়েছো এবং এড়িয়ে চলে গেছো। এখন কিছু দিন ধৈর্য ধরো, কষ্ট করো, ক্ষতিপূরণ করো, পীড়া সহন করো তবেই তুমি শ্রীশ্রীমায়ের কথার মূল্য বুঝতে পারবে। (পৃষ্ঠা-২৭২, পত্র সংখ্যা-২৯৮)

১৫৬

কর্মফলের সিদ্ধান্ত : মানুষ তার পূর্বজন্মের সংস্কার নিয়ে জন্ম নেয়, এক এক জন্মে তার নতুন নতুন অভিজ্ঞতা হয় যা সংস্কারের রূপে ওর মনে নতুন নতুন রূপ দিতে থাকে এবং সে প্রতিটি জন্মে সুখ বা দুঃখ রূপী ফল ভোগ করতে থাকে। এটাই আমাদের দেশে কর্মফলের সিদ্ধান্ত। (পৃষ্ঠা-২৭৩, পত্র সংখ্যা-২৯৮)

১০৫

১৫৭

ইষ্টদেবতার সাথে সম্পর্ক : হৃদয়ে বসে থাকা তোমার অন্তরাত্মা, তোমার ইষ্টদেবতা, আমাদের শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের সঙ্গে অনুক্ষণ সম্পর্ক রাখো, ওনারা যেভাবে তোমাকে চালনা করবেন সেই ভাবে চলতে থাকো। জীবনে স্থিরতা কোথায়? জীবন তো গতিময়। যতক্ষণ পর্যন্ত তোমার জীবন আছে ততক্ষণ পর্যন্ত চলতে হবে। থামলে তো চলবে না। স্বামীজী মহারাজের জীবনী পড়ো। (পৃষ্ঠা-২৭৪, পত্র সংখ্যা-২৯৯)

১৫৮

ভারতবর্ষের ধর্ম : ভারতবর্ষের ধর্ম কোথায় গেল। সত্যযুগের উল্লেখ আমাদের শাস্ত্রেই পাওয়া যায়। ত্রেতাযুগে শ্রীরামচন্দ্র অবতীর্ণ হয়েছিলেন, দ্বাপরযুগে শ্রীকৃষ্ণ ভগবান। আবার কলিযুগে গৌতমবুদ্ধ, মহম্মদ এবং যীশুখৃষ্ট, আবার শ্রীচৈতন্যও। কলিযুগের শেষে শ্রীশ্রীঠাকুর সত্যযুগের প্রারম্ভ করলেন। শ্রীভগবান ঐ সব দেশে জন্ম নেন নি, যে সব দেশের লোকেরা সংসারের প্রতি লালায়িত, প্রহ্লাদ, ধ্রুব বা নরেন্দ্রনাথের মত শ্রীভগবান লাভ করার জন্য ব্যাকুলতা ওদের মধ্যে নেই। কিন্তু শ্রীশ্রীঠাকুরের মহিমার প্রচার উনি স্বয়ং শুরু থেকেই ঐসব দেশেও করেছেন, তাই ফলস্বরূপ বেলুড় মঠের অনেক শাখা ঐসব দেশে স্থাপিত হয়েছে, ঐসব দেশের

১০৬

লোকেরা অনেকে সন্ন্যাসও নিয়েছেন। (পৃষ্ঠা-২৭৫, পত্র সংখ্যা-৩০০)

১৫৯

জগতহিতায় : ত্যাগ তো মনের কথা। মঠের সন্ন্যাসী-সন্ন্যাসিনীরা মঠে প্রবেশ করেন মানুষের সেবা করার জন্য (জগতহিতায়) এবং সাথে সাথে ধ্যান-জপ-উপাসনা ইত্যাদির মাধ্যমে মনে এক নতুন আধ্যাত্মিক সংস্কার সৃষ্টি করেন যাতে মন শুদ্ধ হয়ে উঠে এবং সমাধির যোগ্য হয়ে যায়। (পৃষ্ঠা-২৭৫, পত্র সংখ্যা-৩০০)

১৬০

মনই আমাদের গুরু : মন শুদ্ধই আছে যেমন কোন নোটবুক বা অভ্যাস পুস্তকের ফাঁকা পৃষ্ঠার মত যতক্ষণ ওটার ওপর ভুল বা শুদ্ধ কিছু না লিখে ফেলছ। তেমনি তোমার মনে ভুল বা শুদ্ধ অর্থাৎ খারাপ-ভালো ভাবনা আসতে থাকে, তার মধ্যে কিছু একটা ভাবনার সঙ্গে তোমার আকর্ষণ হয়ে যায়, এটাই তোমার বিপদ। কিন্তু আকর্ষণ হওয়ার আগে মনই তোমাকে শতবার বারণ করে, সাবধান করে, তুমি মনের কথায় কান দাও না। (পৃষ্ঠা-২৭৬, পত্র সংখ্যা-৩০১)

১৬১

দুঃখ জীবনের সঙ্গী : শ্রীশ্রীঠাকুর বলেছেন যে, কোনো এক প্রদীপের

আলোতে কোন এক ব্যক্তি ধর্মগ্রন্থ পাঠ করতে পারে এবং দ্বিতীয় ব্যক্তি জাল নোটের ব্যবসা করতে পারে, তেমনি সংসারে দু-ধরনের লোক আছে। এক তো শ্রীভগবানের শরণে থেকে ধর্মের অনুসরণ করে জীবন অতিবাহিত করে এবং দ্বিতীয় ধর্মের, রীতি-নীতির অবমাননা করে জীবন অতিবাহিত করে, কিন্তু দুঃখের অভাব দুজনের জীবনেই হয় না। দুঃখ দুজনের জীবনেই বিদ্যমান। দুঃখই আমাদেরকে ধর্ম এবং শ্রীভগবানের শ্রীচরণের দিকে নিয়ে যায়। ভগবতী সীতা, কুন্তী, দ্রৌপদী, শ্রীশ্রীমা সারদা, বিদুর, দুর্যোধন এবং পাণ্ডবদের জীবনের দুঃখের দিকে যদি নজর দাও তবে দেখবে যে দুঃখ সহন করাই শ্রীশ্রীভগবানকে লাভ করা। স্বামী বিবেকানন্দের জীবনের দুঃখের অভিজ্ঞতাকে দেখো, কিন্তু তিনি সেই দুঃখকে গুরুত্ব না দিয়ে, শ্রীশ্রীঠাকুরের সেবা করতে কখনো বিমুখ হননি, দুঃখ ও দারিদ্র্য নিয়ে এত চিন্তা করো না। দুঃখ তো আমাদের জীবনের সঙ্গী। নিজের মন প্রাণ ইষ্টদেবতার চরণে সমর্পণ করো, সংসারের ঝামেলার মধ্যেও ওনার উপস্থিতিকে অনুভব করো, প্রার্থনাপূর্ণ জীবন অতিবাহিত করো, তিনি আমাদের হৃদয়ে সদাই বিরাজমান আছেন। নিশ্চিত থাকো। (পৃষ্ঠা-২৭৮, পত্র সংখ্যা-৩০২)

১৬২

সংকল্পের উপর দৃঢ় হও : শ্রীশ্রীঠাকুর তোমার পরীক্ষা নিচ্ছেন। আমি তোমাকে এতটুকু বলতে পারি যদি তুমি নিজের ধ্যানের উপর,

নিজের সংকল্পের উপর দৃঢ় থাকো তবে তুমি সফলতা অর্জন করতে পারবে। (পৃষ্ঠা-২৮০, পত্র সংখ্যা-৩০৫)

১৬৩

সাধনার দ্বারা জীবন অতিবাহিত করা : স্বামীজী মহারাজ স্বয়ং বলেছিলেন, আমি তো আচার্য হয়ে আছি, আমাকে ভিন্ন-ভিন্ন ব্যক্তির জন্য নানা ধরনের কথা বলতে হয়, তুমি আমাকে বুঝতে পারছ। তারপর নিজের গুরুভাইদের দেখিয়ে বলেছিলেন, তুমি তাঁদের মধ্যে যে কোন একজনের কাছে যাও, তাঁদের প্রত্যেকে শ্রীশ্রীঠাকুরের জীবনের ১৬ কলার মধ্যে এক-এক কলার সাধনা করে জীবন অতিবাহিত করেছেন। (পৃষ্ঠা-২৮৩, পত্র সংখ্যা-৩০৮)

১৬৪

নিজের ভাবাবেগকে সংবরণ কর : কাঁদা বা না কাঁদার প্রশ্নের উত্তর হল, শ্রীশ্রীমাও অশ্রু বিসর্জন করতে বারণ করেছেন। বলেছেন ভাবনাকে বুদ্ধির প্রয়োগের দ্বারা রোধ করো। কেউ জিজ্ঞেস করেছিল যদি ভাবাবেগ এত তীব্র হয় তখন ওটাকে রোধ করাই মুশকিল, তখন মা বলেছিলেন যার ভাবাবেগ যত তীব্র হবে তার রোধ করার শক্তিও ততোধিক তীব্র হবে।

নিজেকে শ্রীশ্রীঠাকুরের হাতের যন্ত্র মনে করো, তারপর তোমার জীবন সার্থক হলো না ব্যর্থ, এইসব কথা নিয়ে চিন্তা হবে না। বলো

আমি তো তোমার দাস, জন্ম-জন্মান্তরের। (পৃষ্ঠা-২৮৩, পত্র সংখ্যা-৩০৮)

১৬৫

প্রত্যেক অবস্থাতেই নিজেকে ঈশ্বরের কাছে সমর্পণ করো : এই বিষাদগ্রস্ত মনকে এখন শ্রীশ্রীঠাকুরের কাছে সমর্পণ করে দাও। তিনি তোমাকে যেভাবে পরিচালিত করছেন তুমি সেইভাবে চলো। তোমার মানসিক কষ্ট হচ্ছে কেন? কেন প্রভুর উপর নির্ভর করতে পারছ না? যদি নির্ভর করো তবে এত বিষাদগ্রস্ততায় ভুগছ কেন? (পৃষ্ঠা-২৮৯, পত্র সংখ্যা-৩১৩)

১৬৬

অনুভূতি হবেই হবে : শ্রীশ্রীঠাকুর তোমার হৃদয়ে বসে তোমাকে পরিচালিত করছেন, তাই বরাবর তুমি শাস্তি পাচ্ছে। কিন্তু তুমি তা অনুভব করতে পারছ না। এখন তো নিশ্চয় কিছু কিছু অনুভব করতে পারছ, পরবর্তীকালে আরো ভালোভাবে অনুভব করতে পারবে। (পৃষ্ঠা-২৮৯, পত্র সংখ্যা-৩১৪)

১৬৭

তিনি আছেন উনার সাথে কথা বলো : কোনো এক ঘুমন্ত শিশুকে তার মা-বাবা এক জায়গা থেকে অন্য জায়গায় নিয়ে যায় বা শ্রীশ্রীঠাকুরের ভাষায় বললে, যেমন এক বিড়াল নিজের বাচ্চাকে

দাঁত দিয়ে কামড়ে এক জায়গা থেকে অন্য জায়গায় নিয়ে যায়। এই কথাগুলোকে বুঝতে চেষ্টা করো। ওনাকে প্রার্থনা করো, কথা বলো, ওনার আদেশ, উপদেশ শোনো, ওনার পরামর্শ নিয়ে করো। ভুল কাজ করলেও ওনাকে বলো। ঘাবড়ানোর কোনো প্রয়োজন নেই, তাও আমরা ঘাবড়ে যাই। এটাকেই মায়া বলা হয়। শ্রীশ্রীমা নিজেই বলতেন, তিনি মায়াধীশ্বরী এবং শ্রীশ্রীঠাকুর মায়াধীশ, একদম নিশ্চিত হয়ে যাও। (পৃষ্ঠা-২৯১, পত্র সংখ্যা-৩১৭)

১৬৮

জীবনের নাট্যমঞ্চ : পত্নী, পতির সহায়িকা, যার অর্থ দেবপূজা, তাঁর সঙ্গে মিলন এবং তাঁর জন্য দান, পতির এই কর্মে যে সহচরী হয়। তুমি যে শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা ও তোমার গুরুর কাছে পৌঁছেছো ওটাতে তুমি শুধু পত্নী হওয়ার জন্যই তিনি তোমাকে সঙ্গ দিয়েছেন, এটাই মনে করো। তিনি অঙ্গানী নন। আমরা সবাই নাট্যমঞ্চের নাটকে নিজের নিজের অভিনয় করে যাচ্ছি। শ্রীশ্রীঠাকুরই বলেছেন, “কাকো নিন্দো কাকো বন্দো, দুনো পাল্লা ভারী।” (পৃষ্ঠা-২৯২, পত্র সংখ্যা-৩১৮)

১৬৯

প্রভুর নামের সাথে মনঃসংযোগ করো : প্রভুর নাম নিতে মন বসাও। যেমন ছোট বাচ্চা যখন ‘অ’ ‘আ’ ইত্যাদি শিখতে এবং

তারপর সে পুরো মন দিয়ে অক্ষরগুলোও লিখতে শুরু করে, কিছুদিনের মধ্যে সে অনায়াসে পড়া ও লেখা দুটোই করতে পারে, ঠিক এইভাবে প্রভুর নাম নিতে পুরো মন বসাও। ওনার সঙ্গে যদি একবার মনের যোগাযোগ হয় তো পুরো সংসারই ছুটে যাবে।
(পৃষ্ঠা-২৯৩, পত্র সংখ্যা-৩২০)

১৭০

মা কুন্তীর মতো প্রার্থনা করো : পাণ্ডবদের মা কুন্তীর মতো, ‘হে প্রভু যতই কষ্ট হোক, দুঃখ হোক আমি যেন না ঘাবড়াই, শুধু তুমি আমার সঙ্গে থাকো।’ দেখো, প্রভু তো তোমার সঙ্গেই আছেন, সর্বক্ষণ শ্রীশ্রীমাও আছেন। আমার এই বিষয়ে কোনো সন্দেহ নেই। লড়াই করতে থাকো আবার ঘরে ফিরে প্রভু, মায়ের কাছে কাঁদতে থাকো। তোমার মনের সমস্যাটির নাম বৈরাগ্য এবং যেখানে বৈরাগ্য হয় সেখানে বুদ্ধিও থাকে। এই বৈরাগ্যই তোমাকে প্রতিক্ষণ প্রভুর নিকট থেকে নিকটতর করে তুলবে। তুমি বুঝতেও পারবে না।
(পৃষ্ঠা-২৯৪, পত্র সংখ্যা-৩২২)

১৭১

আমাদের মূল হচ্ছেন শ্রীশ্রীঠাকুর : আমার সঙ্গে বা স্বামী বিরজানন্দের সঙ্গে সময় অতিবাহিত করার ইচ্ছে থেকে শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের সঙ্গে বেশী সময় অতিবাহিত করার ইচ্ছে ভালো, কারণ

১১২

ওনারা সব সময় তোমার কাছে উপলব্ধ, তোমার হৃদয়ে সদা বিরাজিত, সর্বক্ষণ তোমার হাত ধরে এই সংসারের প্রতিকূল অবস্থা থেকে রক্ষা করছেন। এইরকম ভুল করো না। শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের উপর পুরো নির্ভর করো। গাছের মূলে জল দিলে গাছের পুষ্টি হয়, তার ডালে, পাতায় জল দিলে কিছুই হয় না। মূল শ্রীশ্রীঠাকুর, ওনার উপর মন কেন্দ্রীভূত করো। (পৃষ্ঠা-২৯৫, পত্র সংখ্যা-৩২৪)

১৭২

মনের সঙ্গে যিনি যুক্ত তিনিই হলেন যোগী : শ্রীভগবান বলেছেন— ‘উদ্ধরেদাত্মনাত্মানং নাত্মানমবসাদয়েৎ। আত্মৈব হ্যাত্মনো বন্ধুরাত্মৈব রিপুৱাত্মনঃ।’

যখন কাঁদবার পালা আসে, কারো দুর্ব্যবহারে পীড়িত হয়ে নিজের ঘরে চাদর চাপা দিয়ে মুখ গুঁজে কাঁদো সেই সময় কার কাছে থাকো? কাকে নিজের দুঃখের কথা বলো? কিন্তু যাকে আজীবন দুঃখের কথা বলে যাও, তার কথা কখনো শোনো না। ছোটবেলা থেকে পৃথিবীর সবার আজ্ঞা পালন করে এসেছো, কিন্তু যে মন তোমার একমাত্র সঙ্গী তার কথায় কান দাও নি। ট্রাফিক পুলিশ হাত দেখায়, গাড়ি থামিয়ে দেয়, যখন হাত নাড়ায়, তখন গাড়ি চালাতে শুরু করে। উকিল বলে এখানে স্বাক্ষর করো, করে দাও। ডাক্তার বলে চার ঘন্টা পর ওষুধ খাও, তার কথায় চলো। সবার কথা শোনো, কিন্তু শুধু মনের কথা

১১৩

শোনো না। স্বামী বিবেকানন্দ মহারাজ বলেছেন, তোমার উপরও সংসারের বোঝা আছে। হতে পারে মনের সব কথা পালন করতে পারছ না। তাঁর কথাগুলোকে গভীরতার সঙ্গে নিও এবং যদি পারো একান্তে কেঁদে কেঁদে, হ্যাঁ, কেঁদে কেঁদে নিজের মন থেকে ক্ষমা চাও। তাঁকে বলো, আমার এত শক্তি নেই যে তোমার কথা পালন করতে পারি। আমি জানি এবং বিশ্বাস করি এটাই আমার দুর্বলতা। হ্যাঁ, বাছা নিজের দুর্বলতা স্বীকার করো। রোগকে চিহ্নিত করতে না পারলে তার চিকিৎসা কী করে হবে?

এখন থেকে সংকল্প করো মনের প্রত্যেকটা কথা মেনে চলবে। এটাই ধর্ম। যে মনের কথা শোনে এবং সেই অনুযায়ী চলে সেই ধার্মিক হয়, মনের সঙ্গে যে যুক্ত সেই যোগী। শ্রীশ্রীঠাকুর প্রত্যেকটি কথা মা কালীকে জিজ্ঞাস করতেন, তুমি নিশ্চয় জানো। মনের কথা শুনতে থাকো, সেটি পালন করতে থাকো। ক্রমশঃ দেখবে যে মনই তোমার আত্মা, তোমার ইস্টদেবতা, তোমার শ্রীশ্রীঠাকুর। (পৃষ্ঠা-২৯৭, পত্র সংখ্যা-৩২৬)

১৭৩

প্রভুর নাম স্মরণ করো : ফল কামনা থেকে দূরে থাকাই আধ্যাত্মিক জীবন অতিবাহিত করা। তাই ধ্যানে কীরকম মূর্তি দেখছ সেটা বড় কথা নয়, আসল কথাটি হলো তোমার ব্যবহারে, আচরণে কী ধরনের

পরিবর্তন হচ্ছে। স্বামীজী এটাই বলেছেন। (পৃষ্ঠা-৩০৬, পত্র সংখ্যা-৩৩৮)

১৭৪

শ্রীশ্রীঠাকুর মায়ের জীবন চিন্তন : নিরাকার ব্রহ্মের সাকার রূপই শ্রীশ্রীঠাকুর, আর এটাই সত্য। যেমন সিনেমা হলে যে পর্দায় ফিল্ম প্রদর্শিত করা হয়। ঐ পর্দাই সত্য, ফিল্ম তো বদলাতে থাকে। জন্ম-জন্মান্তরে তুমি অসংখ্য শরীরের জন্ম নিয়েছো এবং জীবনকে ভিন্ন ভিন্ন রূপে দেখেছো। যেমন কোনো ভয়ংকর স্বপ্ন দেখে ঘুম ভেঙে যাওয়ার পর ঐ ব্যক্তি কাঁপতে থাকে। তেমনি পূর্ব পূর্ব জন্মের সংস্কার আমাদের এই জীবনেও বুদ্ধিকে প্রভাবিত করতে থাকে। শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের জীবন-চরিত্র যত অধিক আমরা চিন্তা করতে সমর্থ হবো ততই আমাদের মন শুদ্ধ আর পবিত্র হতে থাকে। শ্রীশ্রীমা, শ্রীশ্রীঠাকুর আমাদের আদর্শ। আদর্শ দর্পণ তাকেই বলি যেটাতে আমরা আমাদের চেহারা দেখি এবং পরিষ্কার করি। কারণ এই নোংরাকে আমরা খুব ভালোবেসে দিন, মাস, বছর, জন্ম থেকে একত্রিত করতে থাকি। সুতরাং ওটাকে দূর করতেও আমাদের অনেক দেরী হয়, হয়তো ওটার সঙ্গে আমাদের একটা আকর্ষণও গড়ে ওঠে। (পৃষ্ঠা-৩০৮, পত্র সংখ্যা-৩৪০)

১৭৫

ব্যাকুলতার সাথে ঈশ্বরকে ডাকা : শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের যে প্রেম ঐ প্রেমের তুলনা কি তাঁদের প্রেমের সঙ্গে হয়? শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা তোমার জন্য যত ব্যাকুল, তার কাছে তোমার ব্যাকুলতাকে কি ব্যাকুলতা বলবে? মা নিজের সন্তানের জন্য যত ব্যাকুল হয়, সন্তানের মধ্যে মায়ের মতো ব্যাকুলতা কোথায়? সে তো তার মায়ের উপর সম্পূর্ণভাবে নির্ভর থাকে। এইভাবেই নিজের সম্পর্কে ভাবো। তাঁদের উপর নির্ভর থাকো। তাঁরা যেমন চাইবেন তোমাকে দিয়ে করিয়ে নেবেন। কথামৃত পাঠ করতে থাকো। (পৃষ্ঠা-৩১৩, পত্র সংখ্যা-৩৪৭)

১৭৬

নিরুৎসাহ হয়ো না : দৈনন্দিন কাজগুলো করার সময় নিজের মনের উপর নজর রাখো। কাজগুলো করার সময় মনকে সঙ্গে রাখো, তাকে করার মত কাজ দাও, তার সঙ্গে কথা বলো, তার কথা শোন, তার উপর নির্ভর করো। এই ধরনের অভ্যাস করো, যাতে সব কাজ করতে মনের পরামর্শ নিতে হয়। যেমন শ্রীশ্রীঠাকুর প্রত্যেকটি কথা মা কালী থেকে জিজ্ঞেস করে করতেন। সেটি ওনার মনের সঙ্গে কথা বলার এক ধরনের প্রক্রিয়া ছিল। তোমারও মন যখন শুদ্ধ হবে তখন তুমিও মাটি-পাথর ইত্যাদির প্রতিমাতে তোমার ইষ্টদেবতার উপস্থিতি অনুভব করবে।

১১৬

শ্রীশ্রীঠাকুরের সেবা মনে প্রাণে, জপ-ধ্যান করে, শাস্ত্রপাঠ করে, উপাসনা করে করতে থাকো তাতে শ্রদ্ধা উৎপন্ন হবে। বিশ্বাসকেও নিঃশ্বাস বা প্রশ্বাসের মতো জীবনধারণের জন্য আবশ্যিক মনে করো। (পৃষ্ঠা-৩০৫, পত্র সংখ্যা-৩৩৬)

১৭৭

মন্ত্রের অর্থ : মন্ত্রের অর্থ আমাদের শ্রীশ্রীঠাকুর ওনার জীবন, ওনার উপদেশ, ওনার আচরণ। উনিই তোমার হৃদয়ে সমাসীন তোমার ইষ্টদেবতা যাঁকে মন্ত্রের উচ্চারণের মাধ্যমে তুমি ডাকো, যেমন ঘুমন্ত মাকে বাচ্চা জাগায়। মা তো জেগেই আছে ওর রক্ষা সর্বক্ষণ করে যাচ্ছে কিন্তু যেমন বাচ্চার ভাবনা তেমনই তোমার ভাবনা, মন্ত্রের অর্থ জানতে চাইছ। প্রত্যেক মুহূর্তে যতটুকু পারো প্রভুর নাম স্মরণ করো, চলতে ফিরতে প্রত্যেকটা কাজ করতে প্রভুর নাম জপ করো। নদী সমুদ্রের অর্থ জানে না, কিন্তু সে ওখানে ঠিক পৌঁছেও যায়, সমুদ্রও হয়ে যায়। সর্বক্ষণ জপ করলে গণনা করার দরকার নেই। আমি তোমাদের জন্য আমার প্রভু, আমার মার কাছে প্রার্থনা করে থাকি। (পৃষ্ঠা-৩০৬, পত্র সংখ্যা-৩৩৮)

১৭৮

কর্ম করা : শ্রীশ্রীমা কৃপার অর্থ বলেছেন— ‘করার পর যা পাওয়া যায়।’ — অর্থাৎ কর্মফল। এইরকম কৃপা তো তুমি পেতে পারো যখন

১১৭

কর্ম করছ সর্বক্ষণ যখনই সময় পাও, যখনই তোমার মন এদিক-ওদিকের কথায় ফেঁসে থাকে, প্রত্যেক কাজের মধ্যে প্রভুর নাম জপ করতে থাকো। এই রকম জপে সংখ্যা রাখার প্রয়োজন নেই। এইরকম জপের অভ্যাস করলে তোমার মন নির্মল হতে থাকবে, শুদ্ধ হতে থাকবে। মঠ ইত্যাদিতে যাও ঠিক আছে কিন্তু সেখানেও প্রভুর নাম মন দিয়ে সর্বক্ষণ মনে মনে জপ করতে থাকবে। আনন্দসাগর কাকে বলে, তুমি তখনই বুঝতে পারবে যখন এই ধরনের অভ্যাস করে ফেলবে এবং দেখবে যে তোমার প্রয়াস ছাড়াই তোমার মন শ্রীশ্রীঠাকুরের নাম জপ করে যাচ্ছে। (পৃষ্ঠা-৩১২, পত্র সংখ্যা-৩৪৬)

১৭৯

নাম জপে সুখী হও : শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের অন্তরঙ্গ লোকেরা নিজেদের জীবনে সুখ, শান্তি, সমাধান কিছুই চান না, তাঁরা তো শুধু প্রভু, মার নাম জপ করতেই আনন্দ অনুভব করেন। তুমিও যতদূর পারো, সর্বক্ষণ মনে মনে ঠোট না নাড়িয়ে, সংখ্যা না রেখে, প্রভুর নাম জপ করতে থাকো। কিছুই তাঁর থেকে চেও না, সব তাঁর জানা আছে, সময় অনুযায়ী তোমার চাওয়াগুলোকে পূরণ করবেন। নিশ্চিন্ত হয়ে জপই করতে থাকো। (পৃষ্ঠা-৩১৭, পত্র সংখ্যা-৩৫১)

১৮০

মনের কথা শুনবে, মনের কথা মানবে : কোনো একটি ছোট বাচ্চা নাচতে নাচতে তোমাকে দেখে খুশী হয়ে জড়িয়ে ধরে এবং তোমার

ঐ সময় মনে পড়ে যায় গত রাতে সে কিছু জিনিস ভেঙেছিল এবং সঙ্গে সঙ্গে তুমি তাকে মারা শুরু করে দাও, তখন সেই বাচ্চাটার চেহারা যেন কষ্ট হবে, সেই রকম কষ্ট আমারও হবে তোমার ব্যবহারে। কিন্তু আসল কথাটি হলো তুমি সারাদিন এইরকম ব্যবহার শতবার হাজারবার মনের সঙ্গে করো। স্বামী বিবেকানন্দ এমন করতে বারণ করেছেন।

কথা এতটুকু যখনই তোমার মন তোমাকে বলে এমন করো, সঙ্গে সঙ্গে ওটা করো, যখন মন বারণ করে তো সেই কাজটি করো না এই ভাবে মনের সঙ্গে একটা সম্পর্ক স্থাপন করো। তারপর ওর চমৎকারিত্ব দেখতে থাকো। স্বামীজী এটাও বলেছেন সংসারে আছো, অনেক সময় হতে পারে তুমি তোমার মনের কথা মতো কাজ করে নাও উঠতে পারো। স্বামীজী এটাও বলেছেন সেই সময় কোন নির্জন স্থানে এগিয়ে একা তোমার মনকে কেঁদে কেঁদে বলো যে তুমি ওর কথা পালন করতে পারোনি এবং ভবিষ্যতের জন্য শক্তির প্রার্থনা করো যাতে এমন অবস্থায় মনের কথা পালন করতে পারো। তার অতিরিক্ত এটাও করো মানুষ যেমন ডায়েরী ইত্যাদি লেখে, তেমনি তুমি তোমার মনে নোট করো যে এটা তোমার দুর্বলতা ছিল যে তুমি তোমার মনের কথা পালন করতে পারোনি।

শ্রীশ্রীঠাকুর বলেছেন, তুমি যদি এক-পা তাঁর দিকে বাড়াও তবে তিনি দশ-পা তোমার দিকে এগিয়ে আসবেন। তোমার মনের সঙ্গে এমন

ব্যবহার আজ থেকে শুরু করে দাও, তারপর দেখো ভগবান তোমার দিকে দশ-পা এগিয়ে এসেছেন। (পৃষ্ঠা-৩১৮, পত্র সংখ্যা-৩৫২)

১৮১

যেমন চিন্তা তেমন প্রকাশ : সংসারও একটি রোগ, যার নিরাময় শুধু রোগের নির্ণয় দ্বারা হয় এবং এই সংসারও তোমার সৃষ্টি। তুমি যে দৃষ্টিকোণ দিয়ে সংসারকে দেখবে, সেইভাবে সংসার তোমার কাছে উপস্থাপিত হবে, এই কথা যতই বুঝতে পারবে ততই সংসারে নিজের অস্তিত্ব, নিজের স্বরূপের খোঁজ করতে পারবে। যতক্ষণ পর্যন্ত না হয় ততক্ষণ পর্যন্ত শ্রীশ্রীঠাকুর, স্বামীজী মহারাজের বই মন দিয়ে পড়ো। (পৃষ্ঠা-৩২০, পত্র সংখ্যা-৩৫৪)

১৮২

শুদ্ধিকরণের এই প্রক্রিয়া চালিয়ে রাখো : মনে যে তোমার নানান ধরনের ভাবনা-চিন্তা আসে তা নিয়ে বিচলিত হওয়ার প্রয়োজন নেই। নিজের ঘরটিতে যখন ভালভাবে পরিষ্কার করো তখন তুমি নিজেও জানো না কোথা থেকে এত নোংরা বের হয়। যখন শ্রীশ্রীঠাকুরের পূজা করতে বসো তখন তোমার মন যেমন যেমন একাগ্র হতে থাকে তেমন তেমন তোমার মনের সমস্ত সংস্কারগুলোও বেরিয়ে আসে এবং সেই সংস্কারগুলোর বিলুপ্তি ঘটে। এই প্রক্রিয়াই হচ্ছে মনের শোধন প্রক্রিয়া। এই প্রক্রিয়ার দ্বারা

তোমার মন ক্রমে শুদ্ধ হতে থাকবে। সুতরাং পূজা করবে না এই কথাটি আর বলো না। এটাকে তোমার সৌভাগ্য মনে করো যে শ্রীশ্রীঠাকুর তাঁর পূজার জন্য তোমাকে চয়ন করেছেন। এমন কথা নয় যে তুমি ভালো নও—তুমি ভালোই আছো এবং ক্রমে ক্রমে পবিত্রতার দিকে অগ্রসর হচ্ছে। নিশ্চিত থাকো এবং শ্রীশ্রীঠাকুরের সেবা করতে থাকো, যতক্ষণ পর্যন্ত তুমি তাঁর পূজার অনুমতি পাচ্ছে। আমি তোমার আধ্যাত্মিক উন্নতির জন্য শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা তথা স্বামীজী মহারাজের কাছে নিরন্তর প্রার্থনা করি। (পৃষ্ঠা-৩২১, পত্র সংখ্যা-৩৫৫)

১৮৩

চৈতন্যতে মন রাখলে সামাধির অনুভব করা যায় : শ্রীশ্রীঠাকুর বলেছেন, এই শরীর এবং এই জগৎ বাস্তবিক রূপে মিথ্যা, বস্তুতঃ অলীক, স্বপ্নবৎ, তুচ্ছ। যেমন অভিজ্ঞতা বাস্তবিক ইন্দ্রিয়ের দ্বারা হচ্ছে বস্তুতঃ তেমন নয়। বাস্তবিক চৈতন্যই আছে, এমন জ্ঞান আর বোধ যখন হয় তখন আত্মা সমাধিস্থ হয়।

হৃদয়স্থ পরমেশ্বর, অন্তর্যামী যাঁকে আমরা আমাদের শ্রীশ্রীঠাকুর বলি, শ্রীশ্রীমা বলি তাঁদের কথাগুলো বুঝতে হবে, তাঁদের কথা অনুযায়ী কাজ করতে হবে, যেমন যেমন এই বোধ দৃঢ় হয় তেমন তেমন তুমি ওনারদের উপর অধিক থেকে অধিক নির্ভর হয়ে যাবে। শ্রীশ্রীঠাকুর,

শ্রীশ্রীমায়ের আবির্ভাবের ব্রহ্মকুণ্ডলিনীর জাগরণ বলা হয়েছে। শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমায়ের আবির্ভাবের আগে এই জ্ঞান, আত্মজ্ঞান খুব অল্প সংখ্যক লোক উপলব্ধি করতে পেরেছিলেন। (পৃষ্ঠা-৩২৬, পত্র সংখ্যা-৩৬০)

১৮৪

শ্রীশ্রীঠাকুর ও শ্রীশ্রীমা অভেদ : শ্রীশ্রীঠাকুর এবং শ্রীশ্রীমাকে অভেদই মনে করো, তাঁরা ভিন্ন নন। তাঁদের জীবনী যত পড়বে, আধ্যাত্মিক পথে তত এগিয়ে যাবে, তখন তোমারও এই বিষয়ে অভিজ্ঞতা হতে থাকবে। সত্যি কথাটি হলো তাঁদের আর তোমার মধ্যে কোনো ভেদ নেই, কিন্তু এই কথাকে তুমি এখন বুঝতে পারবে না। কিন্তু সেই দিনটিও খুব দূর নয় যখন তুমি নিজের মনের গভীরে এই কথাটি উপলব্ধি করতে পারবে। (পৃষ্ঠা-৩২৯, পত্র সংখ্যা-৩৬৪)

১৮৫

যেমন ভাব তেমন লাভ : যেমন যেমন প্রভুর নাম জপ করতে ইচ্ছে জাগবে তেমন তেমন তোমার হৃদয়ের সিংহাসনে বিরাজমান প্রভুর কানে তোমার নামোচ্চারণের ধ্বনি ধ্বনিত হবে এবং ওনার দৃষ্টিপাত তোমার উপর পড়বে, তখন তুমি ওনার চোখের ভাষা বুঝতে পারবে, তারপর ওনার সঙ্গে কথাও বলবে, এটাই তোমার জীবনের অবস্থা, তোমার দৈনন্দিন কার্যক্রমের ফল। ক্রমশঃ তোমার মন রাত দিন মনে

মনে প্রভুর সেবায় অতিবাহিত হবে, যেমন তুমি শ্রীশ্রীঠাকুরের পুণ্য জীবনে গোপাল মা অর্থাৎ ‘কামারহাটীর ব্রাহ্মণীর’ কথা শুনেছো তিনি ‘গোপাল’ নাম জপ করে সারা দিন, সারা রাত অতিবাহিত করতেন। তুমি কি সেই পবিত্র, অমূল্য জীবনকে পুনরাবৃত্তি করতে চাও না? (পৃষ্ঠা-৩৩৫, পত্র সংখ্যা-৩৭২)

১৮৬

জন্ম ও মৃত্যু তার উত্তর “প্রভুর নাম” : মানুষের ভবিষ্যৎ কবে থেকে অন্ধকারময় হতে লাগলো? মানুষই দেবতা, ক্রমে ব্রহ্মস্বরূপে পরিণত হয়, এটা কি তার ভবিষ্যৎ নয়? এই জীবনে না-ই বা হলো? জন্ম আসলে কি? এটা তো জীবনের একটি পর্যায় মাত্র। জীবন তো ক্রমশঃ মৃত্যুর দিকে ছুটে যাচ্ছে এবং সেটাই অমৃত। জীবনের একটি পর্যায় মৃত্যু, যখন আমরা পুরানো বাড়ি ছেড়ে নতুন বাড়িতে প্রবেশ করি, পুরানো কাপড় ছেড়ে নতুন কাপড় পরি, তেমনি জীবনের একটি পর্যায়কে ছেড়ে পরবর্তী পর্যায়ে প্রবেশ করি। যতক্ষণ পর্যন্ত আমাদের বুদ্ধি সংসারের অসার স্বরূপকে বুঝে নিতে না পারে, ততক্ষণ পর্যন্ত সে অমৃতের স্বরূপকে বুঝতে পারে না, সুতরাং অমৃত স্বরূপে পরিণত হতে পারে। শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা, স্বামীজী মহারাজ ও ওনার গুরুভাইদের জীবন এবং ওনাদের উপদেশ থেকে আমরা এইসব কথাগুলো বুঝতে পারি। এই পৃথিবীতে ওনাদের আগমন, ওনাদের জীবনে জ্বলন্ত দৃষ্টান্ত শুধু আমাদেরকে এইসব কথাগুলো

একমাত্র বুঝিয়ে দেওয়ার জন্য। যদি বুঝতে পারো তবে বুঝে নাও যে এখনও এবং ভবিষ্যতেও আমাদের চিন্তাস্বরূপে যে চিন্তাস্বরূপতা আছে সেটা শ্রীরামকৃষ্ণ, শ্রীশ্রীমা, স্বামীজী ওনার গুরুভাইরাই আছেন। প্রভুর নাম নিতে থাকো। নিজের সন্তানের চিন্তা করার জায়গায় প্রভুর নাম চিন্তা করো। এটাতে যে কল্যাণ হবে সম্পূর্ণ জগতের কল্যাণ হবে, তোমার সন্তানের কথা তো বলাবাছল্য! (পৃষ্ঠা-৩৩৭, পত্র সংখ্যা-৩৭৪)

১৮৭

দিব্য বার্তা : দেশে দেশে জাতি, ধর্ম, মত নির্বিশেষে প্রকৃত আধ্যাত্মিকতা পিপাসু মানুষ শ্রীশ্রীঠাকুর, শ্রীশ্রীমা, স্বামীজীর জীবন ও বাণীর মাধ্যমে ও তাঁদের প্রদর্শিত আধ্যাত্মিক পথ অবলম্বন করে শান্তি, আনন্দ লাভ করছেন— ভক্তি, মুক্তির সন্ধান পাচ্ছেন। যুগাবতার শ্রীশ্রীঠাকুর-শ্রীশ্রীমার আবির্ভাবের সাথে সাথে যে আধ্যাত্মিক প্লাবন এসেছে তা সমগ্র জগতকে আধ্যাত্মিকতায় এবং সর্ববিষয়ে সঞ্জীবিত করবে অন্ততঃ ১৫০০ বছর ধরে— স্বামীজির দৈববাণী।

তাই তাঁদের জীবন ও বাণী অবলম্বন করে তোমরাও জীবনে প্রকৃত শান্তি ও আনন্দের সন্ধান পাও, জীবন সার্থক করো, যুগাবতার উদ্বোধিত দেশ-দেশান্তরে পরিব্যাপ্ত এই নবযুগ উন্মেষকারী আধ্যাত্মিক নবজাগরণে সার্থক রূপে সামিল হও এবং নিত্য নিয়মিত জপ-ধ্যান ও ‘শিবজ্ঞানে জীবসেবায়’ প্রবৃত্ত হ’য়ে চিন্তাশুদ্ধির মাধ্যমে

নিজেদের জীবনে প্রকৃত আধ্যাত্মিক আনন্দ লাভে সমর্থ হও— এই প্রার্থনা। (পৃষ্ঠা-৩৩৯, পত্র সংখ্যা-৩৭৭)

১৮৮

ভারতবর্ষের ভবিষ্যৎ নির্মাণ : ১৮৯৭ খ্রীষ্টাব্দে স্বামীজী লিখেছেন— “ভারতবর্ষ ইতিমধ্যেই শ্রীরামকৃষ্ণের হ’য়ে গেছে।” স্বামীজী বলেছেন “আমাদের দেশ সকলের অধম কেন, শক্তিহীন কেন? —শক্তির অবমাননা সেখানে বলে। মা ঠাকুরানী ভারতে পুনরায় সেই শক্তি জাগাতে এসেছেন, তাঁকে অবলম্বন করে আবার গার্গী মৈত্রেয়ী জগতে জন্মাবে।” যুগাবতার শ্রীশ্রীঠাকুর-শ্রীশ্রীমার আবির্ভাবের সাথে সাথে যে আধ্যাত্মিক প্লাবন এসেছে তা সমগ্র জগতকে আধ্যাত্মিকতায় ও সর্ববিষয়ে সঞ্জীবিত করবে অন্তত ১৫০০ বছর ধরে— স্বামীজির দৈববাণী। এই নবজাগরণে রামকৃষ্ণ-বিবেকানন্দ ভাবাদর্শের, রামকৃষ্ণ মঠ ও রামকৃষ্ণ মিশনের সন্ধ্যাসী, ভক্তবৃন্দের ভূমিকা সম্বন্ধে তাঁর ভবিষ্যদ্বাণী ‘এই (বেলুড়) মঠ থেকে সব... লোক বেরিয়ে সমগ্র জগৎকে আধ্যাত্মিকতার বন্যায় প্লাবিত করবে। সঙ্গে সঙ্গে অন্যান্য বিষয়েও উন্নতি হতে থাকবে’।

বৃক্ষের মূলে জলসিঞ্চন কালে তার শাখাপ্রশাখা আপনিই প্লাবিত হয়। সেরূপ ব্যাপ্তি তথা সমষ্টির আধ্যাত্মিক জাগরণে সমাজের সকল বিষয়েই নবজাগরণের, পুনরুত্থানের প্লাবন পরিলক্ষিত হয়, হচ্ছেও। বড়ই

আশার এবং আনন্দের বিষয় যে পরার্থতৎপর ভক্ত-সন্ন্যাসী-সুধীজন সর্বত্র রামকৃষ্ণ-বিবেকানন্দের ‘ত্যাগ ও সেবা’র আহ্বানে উদ্বুদ্ধ হয়ে ‘শিবজ্ঞানে জীবসেবা’-য় ব্রতী হ’চ্ছেন— স্বামীজী প্রবর্তিত বিশাল বিশ্বব্যাপী ‘শিবজ্ঞানে জীবসেবা’ যজ্ঞের আদর্শে, অনুপ্রেরণায়, ‘আত্মনো মোক্ষার্থং জগদ্ধিতায় চ’-এর উদ্দেশ্যে। তোমাদের প্রত্যেকের জীবনও ‘শিবজ্ঞানে জীবসেবা’র ভাবে দেশ ও দশের কল্যাণের নিদানস্বরূপ হোক—এই প্রার্থনা। (পৃষ্ঠা-৩৪০, পত্র সংখ্যা-৩৭৮)

১৮৯

প্রভু আমাদের অপেক্ষায় আছেন, প্রস্তুত হও : নববর্ষের প্রথম দিনটিতে আমরা উৎসবের আনন্দে মেতে উঠি। তবে উৎসবের আড়ালে দিনটির প্রকৃত তাৎপর্য আমরা প্রায়ই বিস্মৃত হই। তোমরা নিশ্চয়ই জান, এই দিন হিসেব-নিকেশের দিন। বিগত বছরে আমরা কোন্ ধরনের কাজে নিজেদের ব্যস্ত রেখেছিলাম, ভগবানে ভক্তি বিশ্বাস লাভের কতটুকু চেষ্টা করেছি, অধ্যাত্মপথে কতটুকুই বা অগ্রসর হয়েছি আজ আমাদের এইসব হিসেব করার, ফিরে দেখার দিন। যে যেখানে আছে সেখান থেকে জোর কদমে এগিয়ে চলার সংকল্প আজই করতে হয়। শুধু সংকল্পই নয়, এদিন থেকে সংকল্পানুরূপ কাজ শুরু করে দিতে হবে। মনে রাখতে হবে যে মনুষ্যজীবনেই ভগবানলাভ সম্ভব। তাই একবার যখন এই শরীর লাভ হয়েছে এবং ভগবানলাভের পথ ও ইষ্টমন্ত্র সদৃশ পথ মাধ্যমে

ভগবান জানিয়ে দিয়েছেন তখন আর কালক্ষেপ নয়, যো সো করে তাঁকে পেতে হবে। কখন যে মৃত্যু এসে জীবনকে গ্রাস করবে তা জানা নেই। সুতরাং ‘গৃহিত ইব কেশেষু মৃত্যুনা ধর্মমাচরেৎ’— এটা মনে রেখে সময় নষ্ট না করে সাধনপথে এগিয়ে পড়া চাই।

জীবনের এক একটি দিন অমূল্য। শ্রীশ্রীঠাকুর নিজে সাধনকালে আক্ষেপ করে বলছেন— ‘মা, আরও এক দিন বৃথা চলে গেল, তবুও তোমার দেখা পেলাম না।’ পূজনীয় নিরঞ্জন মহারাজকেও শ্রীশ্রীঠাকুর বৃথা দিন যাপন সম্বন্ধে সতর্ক করে বলেছেন— ‘ওরে নিরঞ্জন দিন যে যায় রে— তুই ভগবানলাভ করবি কবে? দিন যে চলে যায়, ভগবানকে লাভ না করলে সবই যে বৃথা হবে।’ (পৃষ্ঠা-৩৪২, পত্র সংখ্যা-৩৭৯)

১৯০

বিজয়ার অভিনন্দন : বিজয়া হল আনন্দময় একটি পবিত্র তিথি। যেদিন আদ্যাশক্তি মহামায়ার শক্তিতে শক্তিমান হয়ে আমরা কাম, ক্রোধ, লোভ, ইত্যাদি আস্তঃশত্রু-সমূহের বিরুদ্ধে সংগ্রামে বিজয় লাভ করি। বিজয়াদশমীতে শ্রীরামদ্রের রাবণ বিজয় এই আস্তঃশত্রু জয়ের প্রতীক। তাই এই তিথিতে বিসর্জনের সময় মায়ের কাছে এই বিজয়াশীর্বাদই প্রার্থনা করা হয়—

হর পাপং হর ক্লেশং হর শোকং হরাশুভম্।

হর রোগং হর ক্ষোভং হর দেবি হরপ্রিয়ে।।

মহামায়ীর কৃপা থাকলে কী না হয় !
 নিবীৰ্যোহুণবান্ বাপি সত্যাচারবিবৰ্জিতঃ ।
 নরঃ পৌরুষমাপ্নোতি यस্য ত্বং মন্তকোপরি ॥
 জয়ং দেহি মহামায়ে জগতশ্চাপরাজিতে ।
 ত্রৈলোক্যস্বামিনী ত্বং হি ক্ষুৎপিপাসার্তিনাশিনী ॥

মায়ের কৃপায় আচার নির্ণাহীন অধম ব্যক্তিত্ব প্রতিষ্ঠা লাভ করে থাকে। সেখানে তোমাদের আর চিন্তা কী? তোমরা তো অধম নও। ঠাকুর-মায়ের সন্তানরা কেউ অধম হতে পারে না— এই আত্মবিশ্বাস রাখবে। নচিকেতার কথাটি ভুললে চলবে না—

বহ্ননামেমি প্রথমো বহ্ননামেমি মধ্যমঃ ।

শঙ্করাচার্য-এর ব্যাখ্যায় বলেছেন— ‘ন অধময়া কদাচিদপি’— আমি কখনই অধম নই। (পৃষ্ঠা-৩৪৪, পত্র সংখ্যা-৩৮১)

১৯১

সৰ্বে ভবন্তু সুখিনঃ সৰ্বেসন্তু নিরাময়াঃ : ভগবান শ্রীরামকৃষ্ণদেব প্রসঙ্গে স্বামী বিবেকানন্দ বলিয়াছেন, “বেদ-বেদান্ত আর অবতার যা কিছু করে গেছেন, তিনি একলা নিজের জীবনে তা করে দেখিয়ে গেছেন। তাঁর জীবন না বুঝলে বেদবেদান্ত অবতার প্রভৃতি বোঝা যায় না— কেন না, He was the explanation (তিনি ব্যাখ্যাস্বরূপ ছিলেন) তিনি যেদিন থেকে জন্মেছেন, সেদিন থেকে সত্যযুগ

এসেছে। এখন সব ভেদাভেদ উঠে গেল, আচণ্ডাল প্রেম পাবে। মেয়ে-পুরুষ-ভেদ, ধনী-নির্ধনের-ভেদ, পণ্ডিত-বিদ্বান- ভেদ, ব্রাহ্মণ-চণ্ডাল-ভেদ সব তিনি দূর ক'রে দিয়ে গেলেন। আর তিনি, বিবাদভঞ্জন— হিন্দু-মুসলমান-ক্রিস্চান-হিন্দু-ভেদ ইত্যাদি সব চলে গেল। ঐ যে ভেদাভেদে গড়াই ছিল, তা অন্য যুগের; এ সত্যযুগে তাঁর প্রেমের বন্যায় সব একাকার।”

স্বামী বিবেকানন্দ উদঘোষিত বাণী— “বহুরূপে সম্মুখে তোমার ছাড়ি কোথা খুঁজিছ ঈশ্বর। জীবে প্রেম করে যেই জন সেই জন সেবিছে ঈশ্বর।” সঠিক ভাবরক্ষা করে সেবার যে বিশালতা এবং ব্যাপ্তির প্রতি স্বামীজী দিক নির্দেশ করেছেন তাতে আমাদের নিজ নিজ কর্মক্ষেত্রই উৎপত্তিস্থল হতে পারে; নিজ নিজ কর্মই উপাসনায় পরিণত হতে পারে; নিজ নিজ কর্তব্য কর্মের পূজাঙ্গনে অনুষ্ঠান, সর্বাবস্থায় নিজেকে অন্যের সামান্যতম সেবার, সেবা নয়, পূজার জন্য— ‘শিবজ্ঞানে জীব সেবা’র ভাবে— প্রস্তুত রাখা, দেশ, জাতি, ধর্ম, সম্প্রদায় নির্বিশেষে সকল মানুষেরই আধ্যাত্মিকতার পথে এগিয়ে যাওয়ার সহায়ক হতে পারে। শুধু তাই নয়, এইরূপ নিঃস্বার্থপরতা এবং সেবামুখীনতাই আধ্যাত্মিকতার অন্যতম মাপকাঠি— ‘Unselfishness is more paying, only people have not the patience to practice it.’ “Unselfishness is the test of religion.”

ভগবান শ্রীরামকৃষ্ণদেবের নিকট প্রার্থনা করি তিনি আমাদের

সকলকে নিত্যনিয়মিত জপ-ধ্যানের সঙ্গে ‘বহুজন হিতায় বহুজন সুখায়’, ‘শিবজ্ঞানে জীবসেবা’র যথাসাধ্য অনুষ্ঠানে অধিকতর উদ্বোধিত করে আমাদের যথার্থ আধ্যাত্মিক জীবনদানপূর্বক জীবন সার্থক, মধুময়, আনন্দময় করুন।

সর্বোভবস্তু সুখিনঃ সর্বো সন্তু নিরাময়াঃ।

সর্বোভদ্রানি পশ্যন্তু মা কশ্চিৎ দুঃখভাক্বেবেৎ।।

—সকলে সুখী হোক, সকলে নীরোগ হোক; সকলের দৃষ্টি যেন মঙ্গলময় হয়; কেউ যেন দুঃখপ্রাপ্ত না হয়।(পৃষ্ঠা-৩৪৫, পত্র সংখ্যা-৩৮২)





শ্রীমৎ স্বামী গহনানন্দ মহারাজের
পবিত্র চরণ-কমল



পরিশিষ্ট

শ্রীরামকৃষ্ণ চান্নিশা

প্রণেতা : ডা. কেদারনাথ লাভ



দোহা

শ্রীগুরু পাদ-অম্বুজ পরসি,
সির ধরি ধুরি পরাগ।
রামকৃষ্ণ যশ চির ধবল,
বরণৌ অতি অনুরাগ।।
জ্ঞান ধ্যান নাহি যোগ বল,
কর্ম ধর্ম নাহি এক।

রামকৃষ্ণ মো দীন কো,
দীজে বিমল বিবেক ।।

চৌপাঙ্গি

জয় শ্রীরামকৃষ্ণ ভগবানা ।
করুণাময় জয় কৃপা নিধানা ।। ১
ক্ষুদিরাম কে তনয় দুলারে ।
চন্দ্রামণি মাকে দৃগ-তারে ।। ২
গয়া গমন কীনহে তব তাতা ।
স্বপ্নে বিষ্ণু কহি যহ বাতা ।। ৩
তোমায়ে গেহ লেবো অবতারা ।
ধরম গ্লানি হরবো সংসারা ।। ৪
বিষ্ণু সত্ব গুণ লই তনু ধারে ।
ক্ষুদিরাম কে গেহ পধারে ।। ৫
মন্দির মহ শিব জ্যোতি সুভাই ।
চন্দ্রামণি কে উদর সমায়ি ।। ৬
শিব প্রকটে ধরি রূপ গদাই ।
ধন্য হুইচন্দ্রামণি মাই ।। ৭
জনম লেত নব রূপ দিখায়ে ।
সকল দেহ নিজ ভসম রমায়ে ।। ৮

বন্ধ পংক্তি লখি নভ ঘন মাহি ।
 সহজ সমাধি লগি ও পল মাহি ॥ ৯
 শিবলীলা করি তুম শিব ভয়উ ।
 দেখি সকল চিৎ বিস্মিত ভয়উ ॥ ১০
 জব যজ্ঞপবিত ক্ষণ ভয়উ ।
 ধনী কামারিন পহ তুম গয়উ ॥ ১১
 প্রথম ভীখা লেই বাল গৌসাই ।
 ভিক্ষা মা কী দিয়ো বাড়াই ॥ ১২
 সত্য সন্ধু প্রভু তুম করুণাকর ।
 ত্যাজ্য ও জাতি কুল মান ভয়ংকর ॥ ১৩
 শিশু লীলা করি দীন দয়ালা ।
 গয়ো দক্ষিণেশ্বরহি কৃপালা ॥ ১৪
 ভবতারিণী পুজি বহু ভাস্তি ।
 দরস হেতু বিলখে ও দিন রাতি ॥ ১৫
 নিজবলী দেন খড়গ লেই ধায়ো ।
 প্রকটি মা, দর্শন— সুখ পায়ো ॥ ১৬
 সারদেশ্বরী কী গহি পাণী ।
 ভয়উ যুগল জেনু শঙ্কু-ভবানী ॥ ১৭
 কাঞ্চন কাম তোহি নাহি ব্যাপা ।
 শুধ-বুদ্ধ অকলুষ নিম্পাপা ॥ ১৮

জ্ঞান ভক্তি অরু কৰ্ম অশেষা ।
 প্রকট ভয়ে ধরি তুম্বরে বেশা ॥ ১৯
 জহঁ তুম্ব রহেউ বহেউ রস ধারা ।
 অমিত হর্ষ আনন্দ অপারা ॥ ২০
 বহুদেবনহ তুম্বরে পহিঁ আয়ো ।
 দর্শন দৈ তুম্ব মাঁহি সমায়ো ॥ ২১
 রামকৃষ্ণ প্রকট তব মাঁহী ।
 কলি যুগ মঁহ তুম সম কোন নাই ॥ ২২
 তুম্ব পহঁ আই নরেন অধীরা ।
 ভয়উ অসংশয় নির্ভয় ধীরা ॥ ২৩
 সহধর্মিণি পদ ধরি জপ মালা ।
 সৌপ্যো তপ-ফল সকল কৃপালা ॥ ২৪
 সকল সিদ্ধি নরেন্দ্র পর বারী ।
 আপু অকিঁচন ভয়ো ভিখারী ॥ ২৫
 নীল কমল সম শ্যামল গাতা ।
 সন্মিত মুখ আনন্দ বিধাতা ॥ ২৬
 সমাধিস্থ পদ্মাসন ধারে ।
 অর্থ মুদিত দৃগ পরম সুখারে ॥ ২৭
 পদ্ম পলাস যুগল তব নয়না ।
 পরম মধুর সুর মোহক বয়না ॥ ২৮

তুমহী ভক্তি ভক্ত ভগবন্তা ।
 অজ অনাদি অনবদ্য অনন্তা ॥ ২৯
 জীব মাহিশিব দিয়ো দিখাই ।
 সকল শক্তি তুমহ মঁহ প্রকটাই ॥ ৩০
 সর্ব ধর্ম কো দিয়ো প্রতিষ্ঠা ।
 জয় জয় জয় অবতার বরিষ্ঠা ॥ ৩১
 গহিন তব শরণ গিরীশ অপাবন ।
 ভয়উ অকাম অমল-চিত পাবন ॥ ৩২
 লাটু গঁবঈপাঈতব নেহা ।
 ভয়ে সিদ্ধব্রক্ষ্য বিদৈহা ॥ ৩৩
 তারক শরত আদি কত প্রাণী ।
 তুম্বরে কৃপা ভযৌ বিজ্ঞানী ॥ ৩৪
 করি তব ভজন নরন্দ্রে সুজানা ।
 বিশ্ব বিজয় কিস্তী জগ জানা ॥ ৩৫
 কো জগ তব করি সকহিঁ বড়াঈ ।
 বেদহঁ সবাই ন তব গুণ গাঈ ॥ ৩৬
 জো শ্রদ্ধা মোঁ তব গুণ গাবৈ ।
 মুক্ত হোঈচারহঁ ফল পাবৈ ॥ ৩৭
 তব জপ ধ্যান নিত্য জে করঈ ।
 মাঁ সারদা তাসু দুঃখ হরঈ ॥ ৩৮

পড়ি জো রামকৃষ্ণ চাৰ্লিমা ।
তাসু ক্লেশ হরহি জগদীশা ।। ৩৯
মো পর নাথ করহঁ নিজ দায়া ।
হরহঁ বিকার মোহ মদ মায়া ।। ৪০

দোহা

রামকৃষ্ণ মা সারদা,
সহিত বিবেকানন্দ ।
বসহঁ সদা মম হৃদয় মহঁ,
দেহঁ পরম আনন্দ ।।
সারদাবর রামকৃষ্ণ কী জয়
জননী সারদামণি কী জয়!!
স্বামীজী মহারাজ কী জয়!!!



শ্রী সারদা বন্দন



দোহা

মাতা শ্যামাসুন্দরী,
রামচন্দ্র পিতু গেহ।
জগদম্বা ভবতারিণী,
উত্তরিলে নব দেহ।। ১
পৌষ কৃষ্ণ শুভ সপ্তমী,
দিন পুনীত গুরুবার।
হুয়া সারদা কা পরম
করুণাময় অবতার।। ২

ছন্দ

জয়রামবাটী পুণ্য-মাটি
সহজ সুকৃতি সহোদরা
চির মনোভাবন ভূমি
পাবন শস্য শ্যামল উর্বরা ।
মঙ্গল বিধাত্রী শান্তি-দাত্রী
লোক শোক তিমির হরা
অবতরি মাতা দিব্যে গাতা
বিমল বুদ্ধি ঋতম ভরা ॥

দোহা

গুঁজ উঠী শত শঙ্খধ্বনি,
গুঁজে সুললিত গান ।
নত বন্দন করনে লগে,
সুর-মুনি বেদ-পুরাণ ॥ ৩

চৌপাই

জয় জয় মাঁ সারদা সুনীতা ।
বিশ্ব-বন্দিতা পরম পুনীতা ॥
জয় শ্যামা সুন্দরী কিশোরী ।

রামচন্দ্র-দুহিতা অতি ভোরী ।।
 জয় জয় ভুবন বিমোহিনি মাতা ।
 জয় শুচি রুচি মুখ মঙ্গল দাতা ।।
 জয় করুণা-বরুণা কল্যাণী ।
 জয় সঁতিতি-বত্সলা অমানী ।।
 তুমি হী উমা জানকী রাধা ।
 ত্যাগ যাগ তপ প্রীতি অগাধা ।।
 তুমি হী জ্ঞান কর্ম কী ভাষা ।
 অচল ভক্তি কী তুমি পরিভাষা ।।
 পাবন তন মন জীবন গঙ্গা ।
 নির্মল ছবি রবি-রশ্মি অভাঙ্গা ।।
 রামকৃষ্ণ গত প্রাণ তুম্বারে ।
 রোম-রোম তন্মাম উচারে ।।

সোরঠা

হরনে কো ভু-ভার,
 তুমি আয়ও সংসার মৈঁ ।
 লীলা পরম অপার,
 কোন তুম্বারী গা সকে ।। ৪

ছন্দ

অক্ষয় সুহাগিনি !
 চির বিরাগিনি !
 হে অমর বরদায়িনী ।
 মাঁ সারদেশ্বরী !
 হে শুভেশ্বরী !
 ভক্তি দো অন্নপায়িনী ॥
 কর দো বিমল মন
 অমল জীবন
 দেবি যহ বর দো মুঝে ।
 অপনী শরণ মেঁ
 অঁত ক্ষণ মেঁ অভয়
 কর ধর লো মুঝে ॥



তারক শরত্ নরেন্দ্র শশি,
 লাটু হরি রাখাল ।
 স্নেহ সুধা তব পান কর,
 সব হো গয়ে নিহাল ॥ ৫
 মাঁ দো নিজ পদ্ব মেঁ,
 নিত অখণ্ড বিশ্বাস ।
 কটে বঁধ-ভব উর-তিমির,
 মিটে তাপ-এয়-ত্রাস ॥ ৬



গুরু কৃপা

আন্তরিক ইচ্ছা থাকলে ও সময় হলে, পাওয়া যায় সদগুরুর সন্ধান ।
 আবার অযাচিত ভাবে গুরুকৃপা লাভে, ধন্য হয় সাধক জীবন ॥
 গুরু এবং ইষ্ট এক জেনে করতে হয়, একাগ্র ভাবে সাধন ভজন ।
 গুরুকৃপা লাভ হতে পারে তখনই, আন্তরিক যদি হয় মন ॥
 হাজার বছরের অন্ধকার ঘরে, যদি এখনও আসে আলো ।
 দপ্ করে আলোকিত হয় ঘর, একসাথে দূর হয় সব কালো ॥
 অনেক সময় ঈশ্বর কৃপা আপনা থেকে আসতে পারে জীবনে ।
 যদি সাধকের সুকৃতি ও সংস্কার ঢাকা থাকে অজ্ঞানের আবরণে ॥

মনে পড়ে শিষ্য একলব্যের একনিষ্ঠা ও গুরুভক্তির কথা ।
 আচার্য দ্রোণাচার্যের মূর্তি গড়ে গোপনে শেখেন অস্ত্রের নিপুণতা ।।
 ঈশ্বরের কৃপা গুরুর মাধ্যমে, নেমে আসে শিষ্যের জীবনে ।
 জীবন হয় সার্থক তখন, গুরুর নির্দেশে মন্ত্র জপে সে একমনে ।।
 সংসারে মানুষের অনেক দুঃখ-কষ্ট, আসে অনেক বাধা-বিঘ্ন ।
 একমাত্র গুরুর কৃপায় শিষ্য হতে পারে এ সকল থেকে উত্তীর্ণ ।।
 অনেক সময় সঙ্গে সঙ্গে উপলব্ধি হয় না আধ্যাত্মিকতার ফল ।
 নিষ্ঠা সহকারে গুরুর আদেশ পালন করলেই জীবন হয় সফল ।।
 গুরুকেও খাটতে হয় অনেক, করতে হয় জপ-ধ্যান, সাধন ভজন ।
 গুরুই চ্ছা করলেই করতে পারেন, শিষ্যের সংসার বন্ধন মোচন ।।
 গুরুদেব যখন স্থূলদেহ রাখেন, তখন ইষ্টের সাথে যান মিশে ।
 গুরুইষ্টের এক হয়ে তখন, শিষ্যের অন্তরে লীলা করেন এসে ।।
 এইভাবে ইষ্টমন্ত্র জপতে জপতে যখন শিষ্যের আসে শেষ দিন ।
 তখন গুরু এসে শিষ্যকে নিয়ে যান, ইষ্ট দেবতা যেথায় আসীন ।।
 এমনি ভাবে চলতে থাকে, এই গুরু শিষ্যের মধুর মিলন খেলা ।
 জগৎপ্রভু শ্রীভগবান মর্ত্যধামে এই ভাবেই করেন তাঁর লীলা ।।

— দেবু মহারাজ (স্বামী বরেশ্বরানন্দ)





‘শ্যামলাতাল’ আশ্রমে পূজনীয় মহারাজজী, স্বামী গোকুলানন্দ,
স্বামী হংসানন্দ এবং অন্য সন্ন্যাসী-ব্রহ্মচারীগণের সাথে। (খ্রী. ২০০৫)

স্মরণীয় উক্তি



স্মরণীয় উক্তি



স্মরণীয় উক্তি

“বৃক্ষের মূলে জলসিঞ্চন কালে তার শাখাপ্রশাখা আপনিই প্লাবিত হয়।
সেরূপ ব্যক্তি তথা সমষ্টির আধ্যাত্মিক জাগরণে সমাজের সকল বিষয়েই
নবজাগরণের, পুনরভ্যুত্থানের প্লাবন পরিলক্ষিত হয়, হচ্ছেও। বড়ই
আশার এবং আনন্দের বিষয় যে পরার্থতৎপর ভক্ত-সন্ন্যাসী-সুধীজন
সর্বত্র রামকৃষ্ণ-বিবেকানন্দের ‘ত্যাগ ও সেবা’র আহ্বানে উদ্বুদ্ধ হয়ে
‘শিবঙ্গানে জীবসেবা’ যজ্ঞের আদর্শে, অনুপ্রেরণায়, ‘আত্মনো
মোক্ষার্থং জগদ্ধিতায় চ’-এর উদ্দেশ্যে। তোমাদের প্রত্যেকের জীবনও
‘শিবঙ্গানে জীবসেবা’র ভাবে দেশ ও দশের কল্যাণের নিদান স্বরূপ
হোক— এই প্রার্থনা।” (মধু সঞ্চয়ন, পৃষ্ঠা সংখ্যা - ১২৫-১২৬)

স্বামী গহনানন্দ



রামকৃষ্ণ মিশন লোকশিক্ষা পরিষদ

রামকৃষ্ণ মিশন আশ্রম

নরেন্দ্রপুর, কলকাতা - ৭০০১০৩

Phone : 033-24274537 / 528

E-mail : rkmlpndp@gmail.com

Website : www.rkmlsp.org

সমর্পণ মূল্য : ৫০/-